

**L'Institut International sur les Recherches de la Conscience
et de la Psychothérapie
Freiburg (Allemagne)**

vous propose

**« Les outils »
de la Psychothérapie Transpersonnelle**

Formation Professionnelle
pour les professions de la relation d'aide

avec

Rainer Pervöltz

Assistance: Servane Renault

Septembre 2019 – Juin 2021

à
La Potière
26400 Eurre (Drôme)

« Les outils » de la Psychothérapie Transpersonnelle

Table des matières.....	2
Introduction	3
Séminaire I : L'élaboration du « central » dans le contexte des expériences quotidiennes	4
Séminaire II: Le « central » dans les relations et dans la relation thérapeutique	5
Séminaire III : Le travail avec le « corps de rêve »	6
Séminaire IV : L'essence individuel	6
Séminaire V : La thérapie transpersonnelle du corps	7
Séminaire VI : Le dialogue en Gestalt comme outil de thérapie transpersonnelle	7
Séminaire VII : Le sacrifice	8
Séminaire VIII : Grandeur et narcissisme	8
Séminaire IX : Stage successeur	9
Certificat	9
Rainer Pervöltz	9
Informations pratiques	10
Bulletin d'inscription	11

INTRODUCTION

La plupart d'entre nous, avons quelque chose comme une tension de base subtile et chronique et pour certains elle n'est pas si subtil. Nous avons des douleurs - dans la nuque, dans le dos, dans les articulations et nombreux sont ceux qui ont appris à vivre avec cette tension. Souvent, elle est tellement intégrée que nous ne la remarquons plus du tout.

Cette tension est l'expression physique d'une *pression* à laquelle nous nous sommes habitués. Il se peut que certaines actions exigent de nous une légère ou plus lourde pression pour les réaliser avec succès. Il se peut que nos muscles aient besoin d'un certain tonus pour se mettre en mouvement. Mais chaque *surplus* de pression n'est pas seulement un gaspillage d'énergie, il dirige aussi notre attention vers un état intérieur qui est délicat, scabreux. On pourrait dire que chaque « trop » cherche à pointer quelque chose en nous qui n'est pas libre et qui attend de l'être.

Nous avons presque tous grandi dans un système de devoirs et d'interdits, et nous existons presque tous avec ce même système, que nous voulions le voir ou pas. Nous pouvons le ripoliner, l'embellir, et dire que nous avons quand-même pas mal de joie dans la vie et dans notre maison avec jardin. Mais en y regardant de plus près, nous pourrions remarquer que nous vivons dans un système de devoirs et d'interdits - ce qui signifie que nous ne vivons pas avec ce qui *est*, mais avec ce qui *devrait être*.

Même ça, nous pouvons nous en accommoder. Mais nous pouvons aussi, après beaucoup de travail avec nous-mêmes, avec nos sentiments, avec notre spiritualité, arriver à un point où nous voyons qu'elle *existe*, cette tension de base subtile et chronique. Et que c'est elle qui nous empêche de devenir heureux. C'est elle qui fait que, de tous les combats, nous portons nos vieilles histoires avec nous et nous les ranimons jour après jour.

La Psychothérapie transpersonnelle est l'art de focaliser sur *ce qui est*. Vivre ce qui est, c'est une capacité infinie qui nous ouvre de plus en plus vers de nouvelles perspectives.

Etre en paix avec ce que la vie offre, avoir le courage de ne plus se battre à propos de qui nous sommes, c'est le but commun de la plupart des chemins spirituels.

Dans le cadre thérapeutique, c'est surtout la *recherche de solutions* qui réduit le processus profond de connaissance de nous-même à un simple changement adaptatif.

Ce n'est qu'en explorant *ce qui est* que nous arrivons à la vérité. Et c'est la vérité « qui nous rendra libre ».

Quand nous nous trouvons dans un état de souffrance, nous engager dans *ce qui est* n'est pas trouver des moyens effectifs pour fuir la peine, mais plutôt nous rendre compte de comment nous la produisons et comment nous la vivons.

Quand nous sommes dans une situation importante où nous ne ressentons rien, *ce qui est* n'est pas la recherche du sentiment perdu, mais d'abord avoir l'audace de le remarquer, et nous investir dans cette «insensibilité».

Un tel engagement est toujours un long processus, qui ne peut réussir par la seule compréhension mentale. Il peut nous guider vers une attitude d'amitié envers nous-même. Il peut nous permettre de voir *que nous avons appris* à cacher nos sentiments au lieu de nous juger comme quelqu'un d'insensible.

L'amitié envers nous-même est la chose la plus importante que nous puissions apprendre. Tout découle de cette attitude. A la fin de notre vie, la question essentielle sera peut-être: combien d'amour as-tu ressenti envers toi-même?

Puisque la raison (et la vie «normale» en général) est continuellement orientée vers *ce qui devrait ou ne devrait pas être*, c'est vraiment un art d'apprendre à rediriger notre attention vers *ce qui est*.

Nous pouvons imaginer qu'un tel changement d'attention se passera à différents niveaux - en fonction de notre état de conscience. Chaque fois que nous «descendons» plus profondément en nous-même, nous nous approchons davantage de la réalité, c'est-à-dire de la vérité qui nous est accessible au moment présent. Notre vérité est «notre vérité» qui n'est vraie qu'en fonction de ce que nous comprenons dans l'instant.

Cette attention redirigée est un pas de géant, mais peu à peu nous comprenons l'importance fondamentale de nous «mêler» de moins en moins de ce que la vie nous propose.

Vous pourrez ressentir cette nouvelle attitude à la fois comme une immense perte et, un grand soulagement. Il faudra peut-être sacrifier ce qui semble constituer une valeur indispensable à votre personnalité, votre ambition assidue à vous améliorer ou à vous changer. Vous allez y rencontrer un étrange paradoxe. Derrière le besoin d'être « toujours en chemin » et la compulsion à vouloir devenir quelqu'un d'autre, il y a souvent une grande peur de la véritable transformation.

Travailler et penser transpersonnellement exige que vous sortiez de votre «zone de confort». Ça serait comme une «perturbation positive» (une renonciation, un abandon) que vous apprenez à produire volontairement. Si la thérapie souhaite inclure un aspect de *libération* – la libération graduelle de votre propre histoire – il est inévitable de se rendre compte de l'ambiguïté qui va émerger. Nous avons besoin de nous sentir estimé et aimé - et ce besoin nous éloigne en même temps de la possibilité d'être libre.

En tant que thérapeutes transpersonnels nous devons donc avoir une conscience aiguisée en ce qui concerne la *satisfaction des besoins*. En même temps que le/la client(e) réapprend à exprimer ses besoins (qu'il/elle a peut-être longtemps étouffé), il/elle pourrait redevenir dépendant de ses désirs et envies.

C'est sans doute un des problèmes fondamentaux auquel le voyageur spirituel se voit confronté.

C'est aux thérapeutes que revient la difficile tâche d'aider leurs clients à lâcher prise tout en restant connectés au quotidien. Ceci nous met dans une certaine position de pionnier alors que notre travail est d'accompagner nos clients avec une responsabilité encore plus impérative que nous l'avons pour notre chemin spirituel « privé ».

J'utilise le terme « thérapeute transpersonnel » dans un sens large qui inclut ceux qui accompagnent leurs clients sur toutes sortes de chemins de «libérations»: compulsions, dépendances, sentiments destructeurs, routines paralysantes quotidiennes.

Il y a beaucoup de façons d'assister quelqu'un dans l'entreprise audacieuse de se libérer de plus en plus des mécanismes appris au cours de son histoire personnelle. Cette formation concerne aussi des enseignant(e)s, des médecins, des spécialistes du travail social, des prêtres, infirmiers et infirmières etc.

Si vous croyez que vous ne pourrez pas directement utiliser ces «outils» tels que vous les aurez appris et pratiqués pendant les séminaires, peut-être avez-vous alors une compréhension trop limitée de vos propres possibilités? Vous formez à ces outils et les pratiquer peut vous aider à approfondir votre conscience et peut avoir un bénéfice direct sur votre travail quel qu'il soit.

Dans cette formation, «l'outillage» concret est la priorité centrale. Il est important de savoir comment et pour quelles raisons certaines stratégies thérapeutiques s'avèrent transformatrices ou non. Pour cela, il s'agit, d'un côté, de transmettre des outils précis, et de l'autre, de considérer les obstacles possibles qui peuvent surgir pendant le cours d'une thérapie. Les expériences de vos différents champs de travail seront les bienvenues dans les séminaires. Elles vous conduiront vers des espaces inconnus et insoupçonnés, y compris de vous-même.

Comme je l'ai remarqué souvent dans mon propre travail, ce n'est pas nécessairement la vision d'ensemble, ou la méthode sophistiquée, ce n'est même pas forcément la « fameuse » relation thérapeutique, qui peuvent soudainement produire un tournant remarquable dans le processus. Souvent c'est plutôt mon abandon absolu à ce qui se passe et une attention soutenue qui n'écarte rien comme futile ou secondaire. Elle m'incite parfois à faire ou dire des choses inhabituelles ou étranges – sortant d'une conscience qui saisit ce qui s'offre au moment donné, sans ambition et sans contrainte. Utiliser votre « sens fou » dans le travail sera certainement un aspect important de la formation.

Plus vous évitez de vous mêler avec ambition à ce qui cherche à s'exprimer, plus le processus sera fertile. Si vous appliquez consciemment ce cadre transpersonnel, vous ne vous sentez pas vraiment comme celui ou celle qui dirige le processus. Ceci pourrait, en principe, engendrer un travail sans effort. Ce travail transpersonnel *sans effort* va se montrer comme un fil rouge dans nos rencontres. Mais, bien sûr, pour ne plus devoir interférer dans le flux, il faut en même temps avoir un répertoire thérapeutique acquis à la base.

Séminaire I : L'élaboration du « central » dans le contexte des expériences quotidiennes

Il peut vous apparaître qu'au bureau vous êtes un personnage différent du cercle familial. Ou vous croyez peut-être que vous vous sentez et comportez d'une façon différente avec Pierre ou Paul. Mais si vous observez plus précisément, vous pouvez voir que les différences sont de nature superficielle. Il y a – derrière les différences – quelque chose comme un fil rouge, un lien commun, qui passe par tous les domaines de votre vie.

Ce point commun – que j'appelle le « *central* » - se présente toujours comme une polarité. On pourrait aussi dire qu'il se montre dans deux *attitudes opposées*. Dans la plupart des cas, l'un des pôles représente notre routine habituelle où nous avons appris comment survivre – apparemment sans trop de risques. Il y a

là, la promesse d'une sécurité superficielle : nous abordons les choses « comme nous l'avons toujours fait » et comme il nous semble le plus raisonnable de le faire dans le cadre de notre logique (adoptée). A plus long terme cependant, nous ne dépasserons que rarement un niveau que l'on pourrait appeler « la vie mécanique ».

Plus ou moins, vous faites toujours la même chose, et à un certain moment, vous commencerez à vous demander si « c'était tout », la vie que vous avez menée jusque-là. Même si tout va bien, si vous avez du succès, il y aura à la fin un sentiment de vide – vous n'êtes pas vraiment satisfaits. Vous l'avez fait « correctement » et vous ne pouvez pas vous en réjouir.

L'autre pôle, c'est le revers positif de la même thématique. Supposons que – dans le monde comme vous l'avez appris – diverses formes du *quant-à-soi*, de réserve, vous semblaient habituellement logiques. Or, depuis un certain moment, une instance intérieure (ou « la vie ») vous crée toujours des situations dans lesquelles cette réserve elle-même est défiée. Encore et encore, vous êtes invité, provoqué, forcé à dépasser votre réserve. Comment vous le faites dépend de vos propres ressources, de votre art de vivre – ou, dans un sens transpersonnel - du degré de la libération de cet aspect de votre histoire personnelle.

Le « *central* » ne peut être reconnu dans toute sa subtilité que par la personne elle-même. Ce processus de reconnaissance s'étend sur un temps assez long. Il peut se présenter comme une tâche de la vie entière. La compréhension de cette thématique énormément ramifiée (qui se répète dans tous les domaines) ne s'arrête jamais. Toutefois, avec une première prise de conscience radicale il y a souvent un tournant. Il amène couramment le sentiment d'un *sens*, d'une intelligence dans la vie individuelle et aussi générale.

Séminaire II: Le « central » dans les relations et dans la relation thérapeutique

L'idée du « central » peut, bien sûr, être attribuée à toutes formes de relations. Dans chaque rencontre humaine, *deux histoires* se croisent. Elles se rencontrent avec le désir d'élargir la conscience et ainsi approfondir les possibilités du potentiel de la vie. Chaque autre personne est un enrichissement potentiel pourvu que nous soyons dans l'attitude correspondant à la rencontre. Il faut dire qu'il y a toujours deux fils conducteurs qui se croisent, mais souvent nous ne reconnaissons qu'après – si jamais ! – le potentiel d'une telle rencontre.

Et voilà une des raisons pour laquelle les *relations* prennent une place tellement importante dans le cadre transpersonnel. Ici, si vous êtes prêt à rester ouvert, vous aurez la chance d'entrer dans un espace de vide, de vous aventurer dans un territoire non connu. Ici, où vous ne savez plus « où donner de la tête », vous serez invité à quitter votre histoire familière, à vous étendre dans la sphère de l'essence, apprendre à vous appuyer sur des forces qui résident au-delà de vos limites de compréhension.

Pour la rencontre thérapeutique, un tel savoir a une valeur spéciale et peut modifier le caractère et la structure du pouvoir dans la relation entre client et thérapeute. Par conséquent, une nouvelle compréhension des relations amoureuses, des amitiés, et de la coopération collégiale se forme, quand vous adoptez l'idée que deux personnes dans une telle structure ne se rencontrent pas par hasard. Elles se rencontrent avec l'intention de se renforcer réciproquement et de se mener mutuellement à des frontières qu'elles ne pourraient pas remarquer et franchir sans l'autre.

Il est nécessaire, dans un temps de transitions comme celui-ci, que vous appreniez à être *en amitié* avec vous-même, et à ne pas vous attendre à être immédiatement capable de vivre ce que vous venez de comprendre. C'est encore, en grande partie, une affaire mystérieuse, comment deux histoires arrivent à chercher le « *central* » respectif nécessaire pour avancer dans le processus d'évolution individuel et commun. Une thérapie de couple qui ne tient pas compte d'une telle perspective va rester comparativement superficielle.

Partout où les personnes se rencontrent, des relations se forment. Vous aurez donc de nombreuses occasions dans le groupe d'exercer votre conscience du « *central* » dans des relations. Une telle conscience résout beaucoup de craintes. Et elle facilite – à la longue - la paix intérieure.

La plupart des gens manquent de ce savoir, et même s'ils le possèdent, ils ne savent souvent pas comment le vivre dans leur vie quotidienne. Chaque processus de développement gagne en profondeur, lorsque le « *central* » s'élève dans la conscience. Souvent il est reconnu avec un soupir de soulagement.

Il s'agit toujours d'un long processus thérapeutique si nous voulons prendre conscience du « *central* ». Pendant la formation beaucoup de chemins concrets vous seront offerts qui permettront de voir comment vous pouvez vous y engager de plus en plus effectivement – avec vous-mêmes et avec vos clients.

Séminaire III : Le travail avec le « corps de rêve »

Le travail du *corps de rêve* tel qu'Arnold Mindell l'a développé, fait partie intégrante de mes thérapies et de mes formations. Le *corps de rêve* est un *instrument de perception*.

Il s'agit du corps physique qui peut être éduqué à percevoir d'une façon rêveuse des aspects du soi qui ne sont pas consciemment vécus. Vous apprendrez à entrer en contact avec des forces « marginalisées » en vous qui vont vous aider à façonner notre vie quotidienne d'une manière nouvelle et inhabituelle.

Je veux toujours simplifier mon travail. Des participants de formations antérieures étaient souvent enthousiasmés par le concept du *corps de rêve*, mais pas toujours suffisamment courageux pour l'intégrer dans leur travail. Ou alors ils manquaient d'intention à en faire vraiment un aspect de leur vie quotidienne. C'est pourquoi dans cette formation-ci nous attacherons beaucoup d'importance à regarder le *corps de rêve* comme un outil que vous pourrez utiliser à tout instant.

Il ne joue aucun rôle si vous avez des connaissances préalables du travail de Mindell.

Mindell a créé un instrument pour nous mettre en contact avec nos ressources en utilisant un chemin non rationnel. Je ne connais guère de forme plus directe et plus puissante pour intégrer le « numineux » (ce qu'on « ne comprend pas », C.G. Jung) dans la vie quotidienne.

Il est possible de percevoir des situations et des relations avec « la seconde attention » (le « Nagual » chez Castaneda) et ainsi reconnaître des aspects complètement inédits en soi et autour de soi.

La vérité de l'*essentiel* en nous, cherche constamment à pénétrer notre existence quotidienne et à désorganiser la routine habituelle. Le système de la « personnalité » - c'est-à-dire, des habitudes bien ancrées que nous avons apprises pour *survivre* – se défend par principe contre ces efforts. Le monde du *corps de rêve* nous ouvre de nouvelles dimensions de penser, sentir et agir; il s'agit de développer en nous cette « seconde attention » et de la transposer d'une façon rêveuse et ludique dans notre monde quotidien. D'une certaine manière, elle est opposée au plan de la « réalité raisonnable ». Elle ne doit pas la remplacer, mais dans le meilleur des cas, l'entrelacer et de plus en plus fusionner avec elle. Une forme nouvelle pourrait émerger pour vous qui vous aiderait à vivre votre vie quotidienne d'une manière moins dissociée.

Mindell a trouvé des moyens de travailler avec des symptômes physiques (douleurs, tensions etc.) en les comprenant comme signaux de la vérité essentielle de l'homme, et en les faisant reconnaître par le client lui-même à travers des formes de jeux, sons, mouvements et autres. Dans la plupart des cas, un symptôme est lié à l'émergence d'un aspect refoulé et précieux de l'*essence*.

Cette perspective différente exige une autre attitude thérapeutique. (Et on peut la transposer à d'autres professions qui s'occupent des besoins psychiques et physiques.) Il s'agit d'ouvrir une *conscience de champ*, où thérapeute et client sont tous les deux des participants *apprenants*. Des termes comme « transfert » et « contre-transfert » dans le sens étroit et traditionnel se délitent, et le principe de la connexion reçoit une place concrète pour les deux personnes engagées.

Séminaire IV : L'essence individuelle

Votre essence individuelle est qui vous êtes vraiment, derrière tous les mécanismes, derrière la façade, les astuces et les manipulations. C'est là que vous êtes authentiquement « à la maison », avec tout le bonheur et le délice revigorant d'être chez soi. Ici, vous n'avez pas besoin des multiples formes routinières de contrôle que vous avez appris à exercer pour obtenir ce dont vous croyez avoir besoin.

Le « vieux central » n'est rien d'autre que l'échafaudage que nous avons consenti à bâtir pour correspondre aux idées consensuelles de la société, respectivement de notre famille. C'est ainsi que nous pouvions y survivre, nous étions plus ou moins aimé et nous recevions une certaine forme de reconnaissance.

Cette adaptation impliquait que nous renoncions à quelque chose de très précieux et de très vivant en nous. On pourrait dire que nous renoncions à rayonner: si l'on regarde les petits enfants, beaucoup rayonnent.

Aujourd'hui, des sentiments de honte et de culpabilité, et souvent une modestie autodestructrice, jouent un rôle important pour ne plus nous permettre de rayonner. C'est pourquoi chaque tentative de retourner à l'essence demande du courage.

En tant qu'enfant, pour être aimé, nous nous sommes embarqués dans une sorte de compromis où nous avons accepté (devions accepter) de repousser dans l'oubli les aspects les plus vitaux, les plus créatifs, les plus passionnés, de notre propre nature. Nous avons fait ce compromis pour « appartenir », pour pouvoir faire partie de notre environnement.

Ce « substitut » qui n'est pas nous (mais quelque chose que nous avons appris) est presque toujours accaparant, compliqué, et démesurément dramatique. Nous avons quasiment appris, en accord avec les personnages importants de notre environnement, à nous opposer aux simples flux élégants de la vie, à ce qui veut tout simplement se passer maintenant. Au lieu de cela, nous faisons l'effort d'essayer de nous tenir tête droite et d'imposer nos idées et opinions personnelles.

Cela demande beaucoup de force et d'énergie, fait de stress, et nous conduit souvent à l'épuisement.

Si nous pouvions vivre dans notre essence, tous les feux seraient quasiment au vert. Sans doute, vous aussi avez vécu des journées où la vie se vit d'elle-même, sans efforts, où tout s'accomplit sans la moindre difficulté. Cela crée un sentiment profond de bien-être, de paix et de concordance. Au fond, c'est ce dont nous rêvons toujours et que paradoxalement, nous essayons d'empêcher en même temps.

Vouloir rentrer à la maison, retourner chez vous, remobilise toutes les peurs que vous aviez autrefois en tant qu'enfant lorsque vous deviez vous éloigner de vous-même avec de longues batailles et beaucoup de souffrance.

Les enfants gèrent différemment leur misère, et peut-être vous ne vous souvenez pas de ce processus douloureux; presque tous les développements infantiles qui ont à faire avec la suppression et l'abus tombent relativement vite dans l'oubli. C'est bien comme ça parce qu'ils sont trop douloureux. En même temps ça explique pourquoi, en tant qu'adulte, nous nous défendons bec et ongles contre un état continu de bonheur.

Naturellement, tout ça se passe d'abord à un plan inconscient.

La forme de thérapie que vous allez apprendre pendant cette formation se développe donc toujours dans deux directions: vous encouragerez vos clients à connaître leur « vieux central » jusque dans ses moindres détails, le système qu'ils ont appris pour survivre. Et, en même temps, vous les aiderez à trouver un chemin de retour vers eux-mêmes. Le travail avec l'essence dure longtemps parce que nous tous refusons de laisser derrière nous notre identité coutumière. Mais il offre aussi une perspective encourageante qui aide à supporter le chagrin qui accompagne le processus de reconnaissance de soi-même.

Séminaire V : La thérapie transpersonnelle du corps

Il y a des techniques poussées et subtiles en thérapie corporelle qui exigent des études approfondies. On ne peut pas faire du travail crano-sacré, par exemple, sans s'y connaître de manière détaillée.

D'un autre côté, il me paraît carrément irresponsable de vouloir exclure le corps du processus de développement. Le spirituel et le corps sont apparus longtemps comme antagonistes ; beaucoup d'écoles trouvaient désirable de « surpasser » les trois chakras inférieurs (du ventre) pour « s'établir » dans les chakras supérieurs. Aujourd'hui nous savons qu'aucune guérison n'est possible sans les trois chakras abdominaux.

Le travail thérapeutique du corps a souvent encore le goût de l'extraordinaire. C'est dû au fait que les règles habituelles du contact social jouent un rôle moins important lorsque le corps entre en jeu. La corporéité peut apparaître, pour ainsi dire, comme une carte blanche pour un comportement spontané et parfois incontrôlé – ce qui peut déclencher de la peur du côté d'un thérapeute trop contrôlé. (Dans ce cas, la dynamique peut prendre des formes dangereuses – non pas, parce que ce qui se passe est dangereux, mais parce qu'à ce moment-là, il n'y a plus d'ancrage.)

Dans ce séminaire, vous apprendrez plusieurs procédures qui envisagent d'intégrer le corps comme composant permanent dans le processus thérapeutique. Comme cela, vous créez de plus en plus une conscience de l'interaction entre les plans mentaux, émotionnels et physiques. Cette interaction se manifeste dans le mot « tenue » qui peut avoir un sens corporel et un sens mental/émotionnel.

Au fond, tout bon travail thérapeutique s'occupe de la « tenue », puisque ce ne sont jamais les circonstances qui produisent la qualité de notre vie, mais la tenue avec laquelle nous les rencontrons. Il semble donc utile pour le processus de bien connaître votre propre tenue – et cela commence dans un sens fondamentalement physique. Pour nous tous, c'est un chemin qui ne se termine jamais, pour quelques-uns il est plus difficile que pour d'autres. Mais avec le corps, l'accès à notre propre vérité devient beaucoup plus direct que par les voies astucieuses de la machine à penser.

Il y a plusieurs chemins simples et effectifs pour ne pas seulement faire participer le corps au processus, mais aussi pour le laisser devenir guide. Cela implique une certaine capacité à s'abandonner aux impulsions du corps en toute confiance, sachant que le corps par ses expériences mémorisées se retrouve souvent plus proche de la vérité que la raison. Dans un tel cadre, il me paraît plus important que le/la thérapeute développe un sentiment de sécurité en sachant comment vivre dans son corps (et comment utiliser son corps comme instrument) que de disposer d'un répertoire important de techniques de thérapie corporelle.

Séminaire VI : Le dialogue en Gestalt comme outil de thérapie transpersonnelle

Trouver une solution n'est pas le but de la thérapie transpersonnelle. C'est souvent plutôt un moyen efficace pour embrumer la conscience. Pendant le séminaire vous aurez l'occasion de déceler pourquoi et comment vous restez éventuellement attaché à cette forme piégée de thérapie.

Trouver une solution peut empêcher la guérison. Le chemin de guérison, c'est laisser apparaître *ce qui est* dans la conscience. Vivre *ce qui est* n'est pas seulement le but de la Gestalt-thérapie, mais la capacité la plus essentielle à apprendre sur le chemin spirituel.

Chaque *dialogue* – tel qu'il était développé en Gestalt Thérapie – est un dialogue *intérieur*, peu importe que nous travaillons avec des « parts » de nous-même, avec un collègue de travail ou avec notre grand-père. C'est peut-être la technique la plus utile pour arriver à la responsabilité de soi. La conversation avec le thérapeute peut ouvrir de nouvelles perspectives, mais souvent, elle ne nous conduit pas hors des structures de dépendance. (Et c'est pour la plupart des gens, la raison pour laquelle ils viennent en thérapie.) Le dialogue intérieur montre toujours en toute évidence de quoi il s'agit, ce dont il est vraiment question. Il induit seulement en erreur, si nous essayons ambitieusement de le conclure avec une solution.

Souvent peut-être, vous ne savez pas clairement ce que vous voulez ou ce dont vous avez besoin. Souvent vous ne connaissez pas les formes de sabotage avec lesquelles vous empêchez votre puissance. Ce manque de reconnaissance est un grand obstacle sur le chemin hors de la prison de notre propre histoire. C'est une erreur de supposer que nous puissions résoudre des aspects comme envie ou jalousie (par exemple) en « essayant » d'être moins jaloux. Changer, c'est toujours un processus alchimique : vous ne pouvez gagner de l'or que lorsque vous êtes parfaitement familiers avec les qualités du plomb.

Il est fort gratifiant pour le/la thérapeute de vraiment maîtriser l'art du *dialogue*. Il y a toujours « deux » clients qui viennent en thérapie : l'un qui attend impatiemment de devenir un personnage différent, et un autre qui fait tout pour empêcher cela. Cette contradiction ne peut se résoudre que lorsque le thérapeute arrive à élever le dialogue à un niveau supérieur à celui du conflit.

Chaque client/e sabote son processus de développement. Un aspect important du séminaire sera de reconnaître comment le/la thérapeute souvent soutient le sabotage. Dans un certain sens « tomber dans le panneau » (du côté du thérapeute) est nécessaire – ou, disons au moins, *utile* pour vraiment connaître le « fonctionnement mécanique » du client.

En connaissant l'ancien « central » de l'histoire personnelle et en envisageant de s'en libérer graduellement, le *dialogue* gagne de nouveaux aspects et de nouvelles formes de travail.

Dans chaque processus transpersonnel il est question de comment nous empêchons notre puissance, et comment nous pouvons cesser de « nous en mêler » ou, autrement dit, d'interférer avec le flux de la vie. Il y a le flux de la vie et il y a différentes formes pour l'interrompre. Le *dialogue* avec soi-même résout le blocage plus effectivement que le savoir du thérapeute. Comprendre le *dialogue* dans un sens transpersonnel peut le transformer en un outil radical. Le dialogue intérieur redonne la responsabilité au client.

Vous apprendrez à appliquer le *dialogue* dans des formes multiples et créatives.

Séminaire VII : Le sacrifice

A ce point dans le cours de la formation, vous serez invité à repositionner votre propre *thème central* en considérant ce que vous avez appris et vécu jusque-là. Vous serez invité à le relier à la soi-disant « situation originaire », c'est-à-dire à une situation déterminante dans votre enfance (le plus souvent dans votre famille), dans laquelle le « central » s'est développé ou devint distinct d'une manière ostensible.

Il faut ici comprendre la différence fondamentale entre « vouloir abolir » (ce qui, dans la plupart des cas, renforce involontairement l'état ou le comportement non désiré, parce que nous y mettons beaucoup d'attention) et une attention amicale envers nous-même qui nous aide à « sacrifier » ce avec quoi nous intervenons sans nécessité dans le flux de la vie. *Cette forme d'intervention est la vraie cause de la souffrance*. Elle est liée à la situation originaire dans la mesure où c'est là que nous avons appris à nous impliquer dans la vie d'une façon souvent associée avec différentes formes de honte et de culpabilité et une responsabilité démesurée. Autrement – tel était le sentiment alors – nous n'aurions pas pu survivre, nous aurions dû vivre sans l'amour de notre famille.

Accompagné des compréhensions et des nouvelles attitudes qui résultent du travail avec le corps de rêve, le sacrifice de l'ancien « central » devient plus facile et plus souple.

Le sacrifice dans le sens le plus profond ne consiste pas à abolir un vieux comportement, mais à reconnaître « avec toutes vos cellules » qu'il est devenu obsolète. Et un sacrifice n'est jamais un acte hostile envers soi-même, mais un don de gratitude.

Séminaire VIII : Grandeur et narcissisme

La grandeur, vivre sa puissance, est un des défis majeurs dans le processus du développement spirituel. Au point où vous en êtes, vivant votre vie quotidienne de plus en plus hors de votre essence, beaucoup de vieilles croyances déroutantes vont ressurgir et essayer de vous empêcher d'avancer. Vous vous souvenez alors soudainement de l'importance d'être modeste, de ne pas faire de l'esbroufe et prendre la grosse tête.

D'un autre côté, il y a le danger énorme de retomber dans le narcissisme et d'abuser de cette joie de rayonner en ne remarquant pas comment vous êtes en train de succomber à une glorification subtile de vous-même. Oui, vous êtes invités à être très visiblement debout entre terre et ciel, avec les deux pieds bien plantés sur le sol, et à utiliser votre force et votre puissance pour influencer la vie autour de vous. Bien sûr, c'est un plaisir incroyable. Et en même temps, la tentation de vous élever au-dessus des autres, de vous sentir plus extraordinaire que le reste du monde apparaît presque inévitablement dans le cabinet de vos sentiments pas encore complètement élucidés.

Beaucoup de vieilles croyances font donc leur grand retour à ce seuil existentiel. Une chose très simple devient claire à ce point-ci: vous ne pouvez pas vivre votre essence sans permettre une joie profonde d'être vous-même et une certaine envie d'influencer votre monde.

Séminaire IX : Stage successeur

Au mois de juin 2021, une demi-année après le séminaire VIII, vous aurez l'occasion d'observer et d'évoquer les succès et les difficultés que vous avez eus en appliquant les sujets traités dans la formation. Avec l'aide du groupe, vous pourrez regarder en détail et approfondir les expériences que vous avez faites dans votre vie privée aussi bien que dans votre vie professionnelle. Cette période de six mois entre les deux séminaires vous donnera l'opportunité de laisser mûrir les prises de conscience et les découvertes que vous aurez faites pendant la formation.

Cette forme de séminaire successeur s'est avérée très fertile et satisfaisante par le passé dans d'autres formations. En aucun cas ce séminaire est un séminaire « supplémentaire ». C'est plutôt une invitation à profiter profondément de vos études. Vous aurez à la conscience que les autres feront de même pendant ces six mois et que l'on se reverra pour explorer les expériences de chacun vécues pendant ce temps de vie.

Sachez que l'ordre des séminaires esquissé ci-dessus ne sera pas nécessairement l'ordre que nous suivrons pendant la formation. Soyez assuré cependant, que tous les sujets nommés et décrits seront abordés. J'aime suivre le processus qui s'offre lors du développement du groupe plutôt qu'un ordre planifié.

Certificat

A la fin de la formation, l'Institut accordera un Certificat en Psychothérapie Transpersonnelle conformément aux critères de l'European Transpersonal Association (EUROTAS -www.eurotas.org).

Rainer Pervöltz

Travaille en Gestalt et Psychothérapie Transpersonnelle à Freiburg en Allemagne. Il s'est formé auprès de Jack Lee Rosenberg, Eric Marcus, Gerda Boyesen et Arnold Mindell. Il était formateur pour Gerda Boyesen en Angleterre et en Europe continentale. Il est co-fondateur du « Chiron Centre » à Londres. A Freiburg il est l'un des directeurs de l'*Institut International sur les Recherches de la Conscience et de la Psychothérapie* (Internationales Institut für Bewusstseinsforschung und Psychotherapie). Il travaille comme psychothérapeute, superviseur et formateur.

Livre : „Über die Köstlichkeit der Distanz“, Holotropos- Verlag, Offenburg, Juli 2009

Lecture en français : (voir www.pervoeltz.de >>>>> Lesenswertes)

Les images du corps (GRET Forum à Paris 2008)

Interview par Scarlett Smulkowski (“Le Canard Biodynamique” Déc. 2010)

Surmonter le critique intérieur (Conférence à Paris 2010)

Prix de la formation

Le prix de la formation est de : **360 €** par regroupement soit **3240.- €**
Des paiements échelonnés sont possible si vous en faites la demande.

La formation se déroule sur **27 jours, 9 regroupements de 3 jours en résidentiel.**

Elle débute à 19h jeudi après le diner et se termine dimanche midi (13h).

Attention : Le groupe est limité à 14 participant(e)s.

Lieu et Prix de votre hébergement :

« **La Potière** », 26400 Eurre (Drôme)

€ **195.-** logis et repas par séminaire.

Modalité de désistement

Si vous vous désistez la veille de la formation ou pendant la durée de la formation, la totalité de la somme, soit 3240.- €, sera due, sauf si vous trouvez une personne pouvant vous remplacer.

Dans certaines situations exceptionnelles (avec justificatif), un arrangement financier pourra être trouvé.

Si la formation devait être annulée du fait du formateur l'intégralité des sommes versées vous serait remboursée. En cours de formation les remboursements seront faits au prorata des jours de formation effectués.

Inscription

Pour vous inscrire :

- **Envoyer le bulletin d'inscription** (en fin de brochure) à l'adresse indiquée ci-dessous ou le scanner.
- **Accompagner** votre bulletin d'une **lettre de motivation** à suivre la formation, ainsi qu'une **brève description de votre parcours de vie, vos orientations professionnelles précédentes et votre situation professionnelle actuelle.**

Votre inscription ne sera prise en compte que si votre bulletin est accompagné d'un 1^{er} versement de 360 € sur le compte bancaire indiqué ci-dessous.

Dès réception de votre virement vous recevrez par email votre confirmation d'inscription vous rappelant les dates, horaires et lieu de stage.

Dates des regroupements :

2019

12 au 15 septembre

21 au 24 novembre

2020

23 au 26 janvier

19 au 22 mars

14 au 17 mai

9 au 12 juillet

2021

21 au 24 juin

10 au 13 septembre

12 au 15 novembre

S'inscrire auprès de :

Rainer Pervöltz
Heimbachweg 1a
79299 Wittnau, Allemagne
Tel.: 0049 761 28 19 35

Mail: r.pervoeltz@t-online.de
www.pervoeltz.de

Coordonnées bancaires :

Rainer Pervöltz
Sparkasse Freiburg – Nördlicher Breisgau
IBAN: DE 57 680501010002260477
BIC: FR SP DE 66

**L'Institut International
sur les Recherches de la Conscience et de la Psychothérapie
Freiburg (Allemagne)**

Bulletin d'inscription

« Les outils » de la Psychothérapie Transpersonnelle
France 2019 - 2021

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Email :

Profession :

Après avoir payé le 1^{er} versement de 360 € avec l'inscription, je choisis de payer

- la somme de 2880 € en totalité au début du séminaire
- en deux versements (dates)
- en trois versements (dates)
- autrement (après consultation)

J'ai pris connaissance des modalités d'inscription et de désistement.

Date et signature (précédé de la mention « lu et approuvé »)