

Etre Soi, et retrouver la Force en Soi

« Nous creusons sans cesse notre sillon et bien souvent , sans nous connaître véritablement. Cette formation vous invite à créer une rencontre avec votre être intérieur et à amplifier le sens de votre chemin de vie. Libéré(e) de vos souffrances et doté(e) de vos nouvelles expériences vous pourrez rayonner des ressources inestimables de votre être.».

Lucien ESSIQUE thérapeute, auteur, conférencier.

www.lucien-essique.fr





Je suis Lucien ESSIQUE, je suis auteur de plusieurs livres. thérapeute, formateur et conférencier . J'interviens dans de nombreux pays*. Je vous propose une formation qui embrasse de nombreuses facettes de la connaissance de soi. J'ai le désir de vous accompagner pour donner davantage de sens à votre existence. Vous pourrez soigner vos blessures, prendre votre place et être acteur de votre destin de vie. Avec divers approches, j'ai réuni dans cette formation des thématiques qui invitent à renforcer la connaissance de soi, et de retrouver la force, l'énergie et l'amour.

LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

Entreprendre un chemin de connaissance.

Se libérer de vos blocages;

Vous enrichir et amplifier en vous davantage de confiance, d'estime et d'amour.

Prendre soin de votre être dans ces différentes composantes.

Amplifier vos possibles, vos perceptions

➔ LES PARTICIPANTS

Les thérapeutes, coaches, psychologues, les professionnels en situation d'accompagnement et d'écoute. Toute personne désireuse d'engager un parcours de développement personnel. Composition du groupe 10 à 16 personnes.

**calendrier spécifique à chaque pays.*

➔ LE CONTENU DE LA FORMATION

Module 1: Se relier à son essence de vie

Durée: 3 jours

La véritable vie et la sensation de ce que nous vivons : Prendre conscience du don de vie, de la vie qui circule en nous et de l'importance de la faire croître et d'aimer profondément sa propre vie est un premier axe essentiel.

Ce dont nous sommes responsables : Dans ce que nous vivons nous pourrions dire que nous sommes responsables de tout ce qui nous arrive, même si nous avons parfois le sentiment de subir les événements qui nous rejoignent. L'axe prioritaire est de pouvoir identifier à la fois ce qui nous est arrivé, ce que nous mettons en place et qui ont tendance à nous priver de notre vitalité ou d'une perception agréable de notre vie.

Ce que nous répétons consciemment ou inconsciemment : de nombreuses répétitions nous encombrant et perturbent notre vitalité. Si ces répétitions sont ainsi récidivantes c'est qu'elles sont animées par un sens profond. Se relier ainsi à cette dynamique peut nous permettre de nous libérer et de construire un nouveau scénario où nous serons libres de vivre et deviendrons l'unique acteur central de notre vie.

Ce que nous subissons, ce que nous faisons subir : Ce que nous subissons, ou ce que nous faisons subir à autrui, peut avoir une racine commune, les violences, les traumatismes vécus et non élucidés. Oser regarder ce vécu difficile et savoir s'en libérer est une approche prodigieuse qui apporte un regain de vie, le sentiment d'une grande libération.

Créer son propre chemin de libération pour être au plus proche de l'essence de sa vie : C'est apprendre à avoir un regard quotidien sur ce que chacun vit, c'est se relier à des valeurs essentielles découvertes à partir des exercices précédents. C'est être centré sur ses ressentis, c'est prendre soin de sa vie et des relations essentielles qui nourrissent votre quotidien. C'est apprendre le respect à tous les niveaux de votre être.

Les outils d'accompagnement au quotidien : Créer son tableau de bord, créer son cahier de vie sur lequel vous allez pouvoir écrire, constater votre évolution, noter vos points de blocage, lister les comportements et actions qui vous sont bénéfiques et poser chaque jour des pierres d'angles qui seront représentatives de votre avancée.

Déterminer sa ligne de vie : A l'issue de ce premier stage vous vous fixerez des objectifs précis, concrets et vous mesurerez la vitalité retrouvée.

➔ LE CONTENU DE LA FORMATION

Module 2 : Les maux de l'âme, les maux du corps.

Durée: 3 jours

Le corps et ses langages reflets : Le corps est notre véhicule indispensable, du jour de notre naissance jusqu'à celui de notre mort c'est grâce à lui que nous évoluons. En prendre soin est essentiel, imaginez envoyer sur la lune des astronautes avec un engin spatial en mauvais état, ce serait suicidaire. Comment prendre soin de notre corps, comment entendre le sens des somatisations, des maladies qui altèrent notre santé... Les maux de l'âme risquent de s'imprimer en notre corps fragilisant ainsi notre équilibre. Ce module invite à entendre la racine de nos maux pour accroître notre vitalité.

Le sens des langages du corps : Sortir d'une vision mécaniste de notre corps et entendre les racines de nos maux est un axe essentiel. Entre les racines bien enfouies dans notre histoire familiale et ce que nous créons comme conflits intérieurs, la vertu de notre mieux-être se situe dans l'écoute fine des leviers inconscients qui régissent être.

Identifier notre propre pouvoir de guérison : Chacun possède un pouvoir intime de guérison, comment le rejoindre, quels en sont les entraves, quelles sont les attitudes intérieures qui sont favorables, comment être acteur de son bien-être.

Le corps et ses besoins : Comment prendre soin de son corps, si ce n'est de lui apporter ce dont il a besoin. Le respect des besoins physiologiques est essentiel, mais pourquoi pour certains d'entre nous ont tendance à avoir un comportement opposé. Quel est le sens des addictions, des comportements alimentaires inappropriés, qu'est-ce qui nous pousse inconsciemment à maltraiter l'équilibre de notre corps ?

La relation âme, corps, esprit : Comment mettre en œuvre une démarche de communication interne pour favoriser cette relation âme, corps, esprit. Quelques outils seront pratiqués tel que la méditation, des séances d'hypnose et ou d'auto-hypnose.

➔ LE CONTENU DE LA FORMATION

Module 3 : Prendre sa place dans la vie

Durée : 6 jours

La place dans la famille : Dès notre naissance nous prenons une place dans le grand système familial qui est le nôtre. De nombreux aléas font que nous ne nous sentons pas forcément à notre place et que nous rappelons inconsciemment des personnes de notre famille qui ont été exclus. Avec les constellations familiales vous pourrez vous délier des intrications et prendre pleinement votre place.

Les dynamiques transgénérationnelles, blocages et ressources : Identifier l'origine de vos blocages systémiques et transgénérationnels et en repérer les dynamiques vous accordera plus d'harmonie et dégagera chez vous une nouvelle énergie au service de votre vie .

Se libérer des intrications, des missions de fidélité, dévoiler les non-dits : Les missions de fidélités et les non-dits sont des nids de blocages systémiques et relationnels, les identifier, y renoncer vous donnera plus de liberté d'être.

Se relier à la source de vie : Comment avez-vous vécu les prémices de votre vie, entre les désirs de vos géniteurs, la façon dont vous avez vécu votre vie intra-utérine et votre naissance, ce patrimoine peut être habité par des troubles, des pertes. Mettre en œuvre un travail de conscientisation et achever les situations traumatiques, est un voyage créatif et libérateur aux sources de votre existence.

Créer son ancrage spatial et temporel : Inscrire son action en un lieu, dans une activité au cœur de sa cellule familiale, identifier si aujourd'hui vous êtes là au bon endroit et pour la bonne action est essentiel. Comment évoluer ou se maintenir en cet ancrage.

Vos valeurs, vos besoins : Faire le point au sujet de vos valeurs, de vos besoins au sein de vos liens familiaux. Définir votre vision des liens familiaux, de votre place dans la vie, identifier vos points forts, vos carences.

Définir votre propre mission de vie : Délivé des intrications systémiques, libérer des répétitions transgénérationnelles et ou des mémoires de vies antérieures, quelle est votre mission de vie. Avec plus de conscience et de liberté comment pouvez-vous définir ce que vous souhaitez mettre en œuvre et que vous souhaitez transmettre.

➔ LE CONTENU DE LA FORMATION

Module 4 : Mieux communiquer et se responsabiliser dans les différentes relations.

Durée : 3 jours

Les propriétés relationnelles : La relation est le lien qui nous relie à nous-même et aux autres. Savoir identifier les différents types de relation et pouvoir développer, affiner sa communication relationnelle est un apprentissage essentiel.

Intégrer les règles d'une communication respectueuse : Sortir d'un mode d'incommunication et créer une nouvelle posture relationnelle respectueuse, implique à changer, à évoluer, à pouvoir se dire et entendre pour plus de richesse partagée.

Communiquer en conscience : Communiquer en conscience demande à prendre en compte les échos inconscients qui bouleversent la relation à soi et à l'autre... Cela invite à être au plus près de soi, de sa partie inconsciente pour éviter de rendre l'autre responsable de nos propres turbulences.

Apprendre à se positionner : Oser demander, refuser, savoir recevoir et donner sont les 4 pôles du positionnement, vous apprendrez ainsi à être congruent entre ce que vous dites, ce que vous faites, ce que vous pensez et ressentez.

Soigner ses blessures de l'enfance : Nous pouvons être porteur d'une ou de plusieurs blessures créées avant 7 ans. Identifier nos blessures, notre part d'ombre et apprendre à les soigner sont des axes essentiels.

Prendre soin des besoins relationnels : Notre posture s'articule à partir d'ancrages qui sont de véritables gages de notre bien-être. Intégrer nos besoins essentiels, les respecter, en prendre soin et dévoiler nos propres valeurs intrinsèques sont des axes vitaux.

➔ LE CONTENU DE LA FORMATION

Module 5: à la rencontre de son âme et développer ses perceptions

Durée: 3 jours

Les liens énergétiques et nos corps subtils : Nous sommes des êtres vibratoires, dès que nous contactons cela nous obtenons une vision de notre vie beaucoup plus fluide. Nous contactons alors une nouvelle dimension de notre être qui nous donne une autre vision de la vie.

La communication subtile : S'ouvrir à une autre communication avec nous-mêmes. Renoncer à la part de mentalisation invalidante pour s'ouvrir à un autre niveau de connexion et d'apprentissage.

La voie de l'âme : Votre âme suit un chemin, l'objectif est d'être à l'écoute et de faire la part des choses entre les différentes voix et objectifs qui se manifestent en vous. Comment intégrer une vision universelle et être relié ? Comment voir les différentes phases de la vie comme des passages, des mutations, des évolutions, des changements vibratoires ? La mort n'est pas une fin, mais une continuité !

L'amour inconditionnel : Des expériences bénéfiques seront la rencontre avec une part d'amour inconditionnel, une part de paix, de sérénité et de joie intense. Comment vivre cela, comment prendre ainsi un recul, une distanciation sans jamais être dans la fuite ?

La méditation : Elle est une respiration, elle est un espace-temps ancré dans le plus pur de votre présent. Comment pratiquer son mode de méditation, sa propre respiration et inspiration ? C'est un chemin à découvrir et à sans cesse approfondir.

L'écriture inspirée : Plusieurs médias s'offrent à nous pour communiquer avec le subtil et avec son soi intérieur, je vous proposerai d'en découvrir plusieurs et d'établir une communication quasi quotidienne avec l'écriture inspirée.

Le développement des perceptions : Les sens sont par essence nos modes de perception de ce que nous appelons la réalité. Comment approfondir et accroître nos sens pour construire la vision de notre propre réalité et de notre chemin de croissance.

Lors de cette formation chaque participant travaillera à partir de son vécu. La formation comprend des apports didactiques, elle se veut interactive. Elle sera celle que vous souhaitez vivre, tant votre investissement est essentiel

LES CONDITIONS

Durée: 18 jours de formation : 3 060 €. Paiement une fois ou en 6 fois soit 6 montants de 510 €. A l'inscription versement de 300 € d'arrhes, qui seront déduits des versements suivants. Est également compris 3 consultations à distance.

→ LIEU

France Paris ou sa proche banlieue. Les salles de formations seront précisées un mois avant le début de la formation.

→ HORAIRES

9h à 18h les frais et de transport de repas sont à la charge des participants.

→ CALENDRIER

Calendrier

En 2023

En cas de confinement ou de fermeture liée à une pandémie, ou catastrophe naturelle le report des dates sera autant que possible effectué avec l'accord des participants.