



Mise à jour du 04 octobre 2021

DESCRIPTIF DES FORMATIONS

Développer Sagesse et Liberté intérieure



Karmathérapie



Libération des Kleshas*

*Conditionnements et filtres



Supervision



Certification

Praticien en libération des Kleshas
et des karmas



Harmonie & Croissance
Christelle Hauteville-Chadorla

Ecole de sagesse et d'accompagnement à la liberté intérieure



PREALABLES

Libération des kleshas, Karmathérapie, Reiki : différences et complémentarités.

Ces 3 formations permettent de développer des outils complémentaires pour aider vos clients (et vous-même), selon les prédispositions et les perturbations de chacun. Vous envisagez ces formations comme un tout, jusqu'à la CERTIFICATION "Praticien en libération des kleshas et des karmas" ou individuellement.

La **Libération des kleshas** utilise la méditation introspective et spirituelle, la compréhension de l'impermanence et des kleshas / conditionnements (afflictions racines à l'origine du caractère et des constructions mentales) pour libérer, selon le principe "Déposer la conscience à l'intérieur et la conscience dépose le médicament". Vous vous libérez vous-mêmes et guidez vos clients vers une plus grande compréhension de leurs émotions racines pour amener des prises de conscience libératrices.

Le **Reiki Usui** est une méthode de soins énergétiques par apposition des mains et utilisation de symboles chargés d'énergie de transformation. La Libération des kleshas le complète admirablement et vous apportera, dans votre pratique Reiki, une meilleure appréhension des états intérieurs de vos clients, une plus grande capacité à mener un entretien (anamnèse) efficace, pour ouvrir des portes chez votre client, pour une guérison plus directe. Vous mettez plus de conscience, de subtilité et de sagesse dans votre pratique Reiki. Le Reiki Usui lui, apportera en Libération des kleshas un support énergétique facilitant les prises de conscience, les lâcher-prise et les nettoyages énergétiques qui ne manqueront pas suite aux prises de conscience effectuées. En karmathérapie, le Reiki Usui fait partie intégrante de la formation.

Le **Reiki Karuna©** et ses symboles de guérison pour le nettoyage des mémoires cellulaires et des mémoires des vies passées, pour s'autonomiser et retrouver sa force intérieure, clarifier l'esprit, recevoir des réponses, guérir les blessures émotionnelles, relationnelles et la dépendance, libérer l'inconscient, matérialiser nos buts dans cette vie et trouver les moyens de les réaliser... est un support excellent pour la libération des kleshas et la karmathérapie. Il n'est pas inclus dans les formations Libération des kleshas



et Karmathérapie mais est fortement conseillé car le travail devient plus simple, fluide, profond, sur soi et avec vos clients. Dans ma pratique, j'utilise toujours le Reiki Karuna© en soutien d'une séance de karmathérapie. La combinaison est très puissante.

La **karmathérapie** utilise l'hypnose régressive, la méditation spirituelle et la compréhension du karma pour accéder à la base de données intérieures sous forme d'images mentales, de mémoires cellulaires, de mémoires de vies antérieures, de karmas... pour libérer des tendances récurrentes et des karmas. La méthode, simple mais spécifique, est spécialement adaptée pour amener une personne, en état de conscience modifié, à aller au-delà des couches supérieures (ou voiles de l'esprit) souvent opaques pour faire émerger les sous-jacents inaccessibles en état de conscience ordinaire. C'est un vocabulaire et une posture karmique que vous développerez.

La **libération des kleshas et la karmathérapie** se complètent pour une approche globale de l'esprit sur les plans émotionnel / mental / causal et le plan karmique. Là où la karmathérapie vous amène à faire émerger les liens de causes à effets, la libération des kleshas vous amène à vous poser sur les intentions à l'oeuvre ainsi que les capacités intrinsèques de la conscience primordiale pour s'auto-libérer.

La libération des kleshas amène les bases de connaissances plus approfondies des causes des souffrances. La karmathérapie apporte la compréhension du karma créé à cause des kleshas, des trames à l'oeuvre en chacun de nous et du cycle des renaissances pour déconstruire ces trames karmiques. En karmathérapie, vous posez des patches dans le programme. En Libération des kleshas, vous prenez conscience des intentions sous-jacentes du créateur du-dit programme, et vous vous attelez à les éclairer pour cesser de les suivre.

Parfois l'une est suffisante, parfois l'autre est nécessaire, ou tout simplement est-ce les 2 versants d'une même pièce, le yin et le yang en harmonie, l'union vers la **Liberté intérieure**.

Dans ma pratique, ces pratiques sont interdépendantes et forment un tout.

Il n'est pas possible de suivre les formations Karmathérapie et Libération des kleshas sur la même période. C'est un chemin progressif. Vous débutez par l'une ou l'autre. Discutons-en. Vous initiez le processus de certification au plus tôt en cours de formation Karmathérapie.

Vous demandez une supervision de vos pratiques professionnelles dans le cadre de la certification ou en dehors.



SOMMAIRE

Libération des kleshas, Karmathérapie, Reiki : différences et complémentarités.	3
FORMATION KARMATHERAPIE	7
Apprendre à voir en vous et à comprendre comment vous créez votre réalité... pour la transformer. Faire émerger, connaître et lâcher ce qui empêche et fait obstacle.	7
Tout est en nous	8
Qu'est-ce que le karma ?	8
Qu'est-ce que la karmathérapie ?	8
Effets de la karmathérapie	9
Résultats de la karmathérapie	9
Qui peut en bénéficier ?	10
A qui est destinée cette formation ?	10
Pré-requis	11
Certification	11
Contenu de la formation Karmathérapie	12
Agir sur le plan karmique	12
1- Karma, loi de causes et effets	12
2- Existence humaine / existences conditionnées	12
3- La thérapie sur le plan karmique	12
4- Développer un ressenti juste	12
5- Ouverture de conscience	12
Reiki Usui	15
Mise en situation pratique	16
Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement	17
Suivi et évaluation	17
A l'issue de cette formation	18
FORMATION LIBERATION	19
La méditation introspective et la compréhension des 6 kleshas pour conscientiser vos conditionnements et nettoyer vos filtres émotionnels, mentaux et cognitifs.	19
Qu'est-ce que la Libération émotionnelle ?	21
Qui peut en bénéficier ?	21
A qui est destinée cette formation ?	21
Pré-requis	22
Certification	22
Utilisation de la Libération des kleshas en tant que thérapeute	22
Contenu de la formation Libération des kleshas	23
Module 1 Méditation introspective	23
Module 2 Impermanence, émotions et lâcher-prise	23
Module 3 3 kleshas : orgueil, comparaison et attachement	24
Module 4 3 kleshas : colère, insatisfaction, manque de discernement	25
Module 5 Mener un entretien	26



Module 6 Posture compassionnée, posture du thérapeute	27
Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement	28
Suivi et évaluation	28
A l'issue de la formation complète	29
CERTIFICATION « PRATICIEN EN LIBÉRATION DES KLESHAS ET DES KARMAS »	30
Certification établit par Harmonie et Croissance, Christelle Hauteville-Chadorla..	30
Pré-requis	31
Travail à rendre	31
Critères de réussite	31
Quand enclencher le processus	32
Décision	32
SUPERVISION	33
- Coaching professionnel -	33
Rôle du superviseur	33
Qui peut en bénéficier ?	34



Formation

KARMATHERAPIE

Apprendre à voir en vous et à comprendre comment vous créez votre réalité... pour la transformer. Faire émerger, connaître et lâcher ce qui empêche et fait obstacle.

Libérer répétitions, histoires de vies, mémoires, tendances des caractères et toute forme de karmas à l'origine des comportements non souhaités, mal-être et blocages. Les effets sont ressentis sur les sensations, émotions, perceptions, cognitions, aspirations ainsi que le rapport à ce qui est vécu. Voilà la portée de la karmathérapie dans une vision bouddhiste, c'est à dire basée sur la conscience et la sagesse. Cette approche* redonne toute sa place à la conscience du client pour réactiver les qualités naturelles de l'esprit et réorienter sa capacité innée à s'observer lui-même pour la mettre au service de sa propre libération.

Vous vous formez pour devenir praticien en karmathérapie, pour pratiquer sur vous et/ou pour avoir une compréhension plus subtile du karma et des conditionnements à l'oeuvre en chacun.

* Sans médiumnité, car l'important n'est pas ce que le praticien voit (qui est tamisé par ses filtres perceptuels, sa culture, ses croyances, le jeu des kleshas, ses propres tendances karmiques...) mais ce que le praticien amène à faire voir à son client qui fera ses propres compréhensions libératrices, avec l'aide de la sagesse éclairante du praticien.



Tout est en nous

Nous accédons à notre base de données intérieures sous forme d'images mentales, de mémoires cellulaires, de mémoires de vies antérieures, de karmas, de connaissances directes... avec l'hypnose régressive (vous restez conscients), la méditation spirituelle et la méditation guidée introspective (Vipassana). Est accessible en état de conscience modifiée ce qui ne l'est pas en état de conscience ordinaire. Nous transformons ici nos représentations intérieures avec des outils spécifiques pour amener des prises de conscience libératrices et des nettoyages énergétiques.

Qu'est-ce que le karma ?

Influencer notre évolution, encourager à aller de l'avant, au-delà de ce que nous sommes aujourd'hui pour ne pas demeurer embourbés dans toutes les formes de mal-être, de culpabilité et de mésestime de soi, si présents à notre époque et dans nos cultures occidentales, voilà la perspective profonde et bouddhiste du karma. Toute souffrance ressentie est issue de nos propres actes passés. Il en va de même de nos joies. Dans cette vision, nous sommes responsables de notre propre situation. Nos pensées, nos paroles et nos actions, d'instant en instant, conditionnent et donnent une orientation à notre futur. Nous devenons ce que nous faisons. Nous sommes tels que nous sommes du fait d'actions passées. Mais point de fatalisme, au contraire, un mouvement permanent, un jeu ininterrompu de causes et conséquences. Si je change aujourd'hui, je serai différent demain. Cette approche nous permet d'influencer et modifier le cours de notre karma.

Qu'est-ce que la karmathérapie ?

La karmathérapie est basée sur la méditation introspective autrement appelée Vision Pénétrante (Vipassana en Sanskrit, Lhaktong en tibétain) et la méditation analytique. Pour amener cette profondeur et travailler en état modifié de conscience, nous utilisons la méditation guidée, l'hypnose, les soins énergétiques Reiki et l'indispensable sagesse. Concrètement, nous partons d'une souffrance actuelle, d'un état perturbant récurrent, et remontons à la source, en passant par des ressentis que nous libérons immédiatement ou, de façon plus profonde si nécessaire, à travers des mémoires de vies antérieures et des karmas entremêlés.

Cette pratique se base sur une connaissance certaine de la création et de la dissolution du karma, de l'existence humaine, des causes de renaissances et des existences conditionnées en général tels qu'enseignés par Bouddha. Vous serez



formés également aux moyens de libérer tendances habituelles, émotions négatives et vieilles mémoires. Pour cela vous travaillerez en état modifié de conscience pour laisser venir les images et les vieilles mémoires, poser la Conscience à l'intérieur. Cette conscience distille un médicament amenant la libération. Vous apprendrez en complément à activer les qualités transcendantes, antidotes aux émotions perturbatrices causes des karmas négatifs, pour ne plus refaire et ainsi nettoyer durablement un continuum de conscience.

Effets de la karmathérapie

Le karmathérapeute part d'une souffrance actuelle, d'un état perturbant récurrent, et accompagne le client à remonter à la source, en passant à travers des mémoires et des karmas entremêlés.

L'idée est d'entrer dans les noeuds, les confusions, les croyances limitantes amenant à poser des actions négatives (dans le sens où elles amènent à créer de la souffrance)... de les conscientiser (y mettre de la conscience à l'intérieur) pour les libérer. La force de la conscience introduit un élément libérateur. Le karmathérapeute va en plus amener le client à semer des antidotes (comme les qualités transcendantes) dans la situation source pour accélérer le processus de libération et aussi et surtout pour amener l'esprit à mettre en action ces qualités. En les activant, les mettant en œuvre, nous les développons et plus nous les activons, plus nous les entraînons, plus elles deviennent « naturelles » et plus elles transforment notre caractère, notre perception, nos croyances. Nous avons alors libéré un karma négatif, mais en plus le client a conscientisé la cause, et activé en lui les antidotes. Il lui revient ensuite de les faire vivre, les développer tout au long de sa vie. Cela relève de sa responsabilité, de son libre arbitre. Dans cette vision, la karmathérapie est un moyen habile, un outil d'élévation de conscience.

Un nettoyage énergétique est effectué en fin de séance.

Résultats de la karmathérapie

-> Dans une approche de libération d'émotions et de peurs

Le client s'apaise et se renforce, de plus en plus au fil des séances. Il a une vision et compréhension plus subtile des émotions négatives, des pensées perturbatrices prégnantes chez lui, pour ne plus les suivre. Il a aussi une vision intérieure du processus d'élévation et d'émergence de ces émotions et pensées « noires », de ce qu'elles créent comme des pierres, des trous noirs, des noeuds, des obstacles, de l'isolement, du rejet... Le client découvre comment faire pour les observer, conscientiser les causes (présentes ou passées), puis dénouer, illuminer, dissoudre, réchauffer, lâcher, aimer... en sommes transformer le ressenti. Il prend conscience de son pouvoir intérieur, de sa capacité à changer en lui ce qui est une souffrance



qu'il pensait venir de son environnement. Il apprend à reprendre le règne de son royaume intérieur, devient plus conscient de la réalité, ce qui lui permettra de reprendre en main certaines parties de sa vie jusqu'alors déléguées ou mises sous couvercle.

-> Dans une approche de libération spirituelle

Votre client fait un travail dans les profondeurs de son esprit pour se libérer de ses propres croyances et illusions. Il s'allège, s'apaise, voit le monde sous un autre jour. Il aura certainement des moments de déstabilisation liés à ses libérations et au fait qu'il se retrouvera de plus en plus en direct avec les choses. Alors il apprendra à ressentir le monde dans tout ce qu'il a de beau et de moins beau, parce qu'il aura cessé de vivre derrière sa carapace, cessé de se protéger de tout pour plonger dans le grand bain de la vie. Il deviendra vulnérable, dans le sens noble du terme, car il cessera de se protéger du monde et de lui-même, ce qui le rendra plus aimant, plus chaleureux, plus altruiste. Sa sagesse sera une force pour lui et son entourage. Mais pour cela il lui faudra aller au-delà de son caractère, au-delà de ses illusions, au-delà des murs qu'il avait érigés pour que la vie soit supportable, pour que le rôle qu'il jouait soit acceptable pour sa conscience. Et pourquoi fera-t-il cela ? Parce qu'il peut aller jusqu'à réaliser que sa conscience éveillée ne peut plus faire semblant, ne peut plus se contenter de survivre, ne peut plus se limiter à son enveloppe actuelle, ne veut plus renaître à elle-même encore et encore inconsciente.

Qui peut en bénéficier ?

Toute personne ressentant le besoin de se libérer d'un poids, d'une tendance récurrente, de pensées obscurcissantes, de peurs, d'émotions perturbatrices, ouverte au fait que la guérison spirituelle est accessible à tous et que tout ne vient pas que de cette vie.

La karmathérapie peut se faire pour soi ou sur autrui, c'est pourquoi nous enseignons aussi la libération karmique pour soi.

A qui est destinée cette formation ?

Cette formation est ouverte à toute personne souhaitant acquérir une formation solide sur le karma et sa dissolution. Les personnes ne souhaitant pas être thérapeute peuvent tout à fait suivre cette formation pour leur chemin spirituel.

Pour les praticiens, elle permet d'approfondir une pratique thérapeutique et d'accompagnement déjà existante ou pour l'obtenir.

Elle s'adresse aussi à des personnes exerçant des métiers en lien avec le coaching, la psychologie, le soin et l'aide.



Elle s'adresse aussi aux praticiens énergétiques, magnétiseurs et autres guérisseurs qui souhaitent aller au-delà du soin du symptôme pour s'approcher de la source et mieux accompagner la guérison et la non résurgence.

Plus généralement, cette formation abordant les fondamentaux de la nature humaine, elle s'adresse à toute personne souhaitant élargir ses connaissances avec des savoirs vérifiés et ancestraux, qui lui permettront de mieux comprendre les autres, les relations humaines, les mouvements et influx de notre monde et d'acquérir de nouveaux outils et modes de compréhensions pour les accompagner de façon professionnelle ou par appétence personnelle.

Pré-requis

Pour entrer dans cette formation, il est nécessaire d'avoir suivi une initiation 1er degré Reiki ou d'avoir un entretien avec Christelle Hauteville-Chadorla. Pour les personnes n'ayant pas encore cette initiation 1er degré Reiki, elles devront la suivre dans les premiers mois de la formation au plus tard, et idéalement en amont de la formation, des dates étant spécialement programmées pour cela. Pour les personnes ayant déjà des initiations Reiki, un entretien avec Christelle Hauteville-Chadorla sera organisé pour valider les acquis. La formation inclus aussi 12h de mises en situations pratiques en individuel afin d'accompagner les stagiaires dans leur appropriation des enseignements et outils thérapeutiques. Ils seront alors invités à compléter les formations, expériences qui pourraient leur manquer, selon leurs projets, vue et souhaits.

Certification

Cette formation Karmathérapie est une des composantes, avec la Libération des kleshas, d'un processus de certification « Praticien en libération des kleshas et des karmas », dont vous trouverez le détail plus avant.



Contenu de la formation Karmathérapie

La formation se compose de 3 blocs complémentaires et indissociables

Agir sur le plan karmique 5 modules de 3 jours Karma et existence humaine – Thérapie karmique – Ressenti juste et ouverture de conscience	Mise en situation pratique 12H Faire votre expérience des enseignements, évoluer, dépasser vos peurs, trouver votre mode de fonctionnement.	Reiki Usui* Formation / Initiations jusqu'au 2ème degré. Possibilité de compléter avec la maîtrise praticien Reiki Usui Total sur 3x2j, soit 48h Les bases de la thérapie holistique avec une pratique favorisant le lâcher-prise pour accompagner l'autre dans son monde.
--	--	--

TOTAL : 180 heures

Agir sur le plan karmique

15 jours, soit 5 modules de 3 jours soit 120h

1- Karma, loi de causes et effets

Création / dissolution

2- Existence humaine / existences conditionnées

Que soignons-nous réellement, profondément ?

3- La thérapie sur le plan karmique

Appréhender les différentes thérapies selon les plans où elles agissent, apprendre et pratiquer le processus de libération karmique en 8 étapes

4- Développer un ressenti juste

Connaitre son canal de réception privilégié, ne pas transformer ni interpréter pour savoir et voir les choses telles qu'elles sont

5- Ouverture de conscience

Ouvrir, devenir plus subtil et rendre nos réalisations pragmatiques et bénéfiques

+++ Fil rouge sur les 5 modules

Ecoute de séances de karmathérapie menées par mes soins avec explications des moments charnières, des passages d'une étape à une autre dans le processus hypnotique, mise en exergue des mots révélant une tendance karmique, une kleisha (affliction racine menant à des perceptions erronées), un noeud... afin de vous



familiariser avec le processus, le plan karmique, les points de vigilance, les questions, les antidotes... (Séances enregistrées avec l'autorisation des stagiaires, dans un but pédagogique).

KARMA, LOI DE CAUSES ET EFFETS

Durant ces formations, vous apprendrez ce qu'est le karma, dans la vision bouddhiste qui place le karma au cœur de ses enseignements : qu'est-ce qui sous-tend cette loi naturelle de causes et effets, comment elle agit, comment elle conditionne notre univers psychologique et influence nos vies. Nous verrons comment le karma détermine notre caractère, nos conditions de vie, notre renaissance même. Mais surtout nous verrons ce que sont les causes de nos souffrances et de nos karmas négatifs, nous verrons ce que sont les causes de notre libération de ces souffrances et de nos karmas bénéfiques. En partant de là, nous mettrons en avant ce qu'il est utile, dans une thérapie karmique, d'amener à faire réaliser par son client pour qu'il puisse activer les qualités nécessaires à la dissolution du karma négatif, pour ne plus refaire..

EXISTENCE HUMAINE / EXISTENCE CONDITIONNEE

Dans ce module, nous entrerons en profondeur dans ce qui est à l'origine de notre naissance humaine et qui sous-tend cette nature humaine, émergée du désir et de l'attachement. Nous démonterons le processus subtil et spirituel de création de nos émotions, croyances, actions... que nous reproduisons encore et encore. Nous nous pencherons sur le cycle des renaissances (nous renaissions aussi à chaque instant, des cycles très courts de « petites morts » sont constamment à l'oeuvre). Nous verrons ce qui différencie le monde humain des autres mondes (animal, divin...). Nous identifierons et rendrons surtout opérant les moyens de sortir de ces cycles non bénéfiques. Nous regarderons ce qui est la cause des karmas car aider une personne à se libérer karmiquement, c'est l'amener à prendre conscience de ce qu'elle créé elle-même. Nous verrons qu'il y a toujours des causes au-delà de cette vie, au-delà de nos parents, au-delà de la société, au-delà de nos qualités et défauts. Il y a les causes karmiques qui ont créé tout cela, les illusions, les vues erronées et les émotions perturbatrices... C'est cela que nous soignons en karmathérapie car c'est cela la source des souffrances. Nous devons le reconnaître chez notre client et surtout l'amener à le reconnaître lui-même.

LA THERAPIE SUR LE PLAN KARMIQUE

Ce qui fonctionne pour des thérapies corporelles, psychiques, énergétiques, n'est d'aucune utilité sur le plan karmique. Le plan karmique est un plan subtil qui vibre sous des impulsions et des tendances plutôt que sous des émotions et des concepts. Il s'agit surtout de manque de conscience. Le plan karmique naît du manque de sagesse, du manque de compréhension des causes profondes du mal être. C'est un réservoir de vieilles mémoires, de croyances et tendances associées qui ne cessent de se réactiver selon les conditions que nous rencontrons. Mettre de la conscience à l'intérieur, voir, savoir, c'est soigner. Durant cette formation, nous verrons comment vibre le plan karmique, comment nous pouvons, selon notre niveau de conscience, le



ressentir, le comprendre. Et surtout, nous aborderons les moyens thérapeutiques pour aider un client à se libérer de ses tendances non bénéfiques et de ses illusions, en voyant l'hypnose karmique en 8 étapes et détaillant chacune de ces étapes, avec les suggestions hypnotiques appropriées, les soins énergétiques adaptées, les entretiens en début et fin des séances...

DEVELOPPER SON RESENTI

Durant cette formation, vous apprendrez à reconnaître votre canal de réception privilégié, ne pas transformer ni interpréter pour savoir et voir les choses telles qu'elles sont. Nous reviendrons sur les différents sens. Vous identifierez celui qui est le plus naturel pour vous, avec lequel votre relation au monde, votre connexion est la plus juste et la plus ouverte. Vous apprendrez aussi comment ne pas interpréter, avec des enseignements, et aussi des exercices pratiques, des méditations guidées et des ateliers énergétiques. Et comme c'est un vœu pieux que de penser que vous arrêterez d'interpréter, ces exercices vous mèneront néanmoins à voir comment vous interprétez, émettez sans cesse des hypothèses, que vous collez sur les autres, sur la relation, sur le monde, qui vous empêchent de voir les choses telles qu'elles sont. En somme, vous trouverez des pistes riches d'enseignements sur vos tendances karmiques. Je vous enseignerai les méditations du calme mental et de la vision pénétrante, pour vous concentrer sur une chose et la voir sous plusieurs aspects. La première est un préalable à la seconde car sans calme mental, tout est illusion, tout est reflet déformé. Mais surtout, dans cette formation, nous aborderons le non-jugement, l'accueil inconditionnel du monde de l'autre. Pour cela, je me permettrai de vous mettre face à vos propres jugements, vos propres limites, qui vous empêchent de recevoir l'autre et son univers unique dans toute son originalité et sa richesse. Nous approfondiront également l'hypnose karmique vue en module 3, pour que vous apportiez votre présence transparente et pour que nous ne réagissions pas à ce qui se passe chez votre client, dans le mode Agir dans le non agir, en somme pour être un praticien ouvert et non jugeant.

OUVERTURE DE CONSCIENCE

Dans cette formation, vous serez amené à vous ouvrir, vous élever, devenir plus subtil et rendre vos réalisations pragmatiques et bénéfiques. Durant cette formation, nous aborderons également 3 plans de la conscience : conscience souillée (dominée par les tendances karmiques), conscience du Soi, Conscience non duelle et non soi. Quand nous abordons la vie et tout ce qui s'y manifeste sous l'approche karmique, la compréhension et la réalisation de ces 3 plans de conscience sont essentielles. La conscience souillée est le vivier et le champ d'expression de tous les karmas, bons ou mauvais. Depuis là nous ne pouvons que nous projeter dans le monde astral de la dualité, des émotions, des sensations, des concepts. Il n'est pas possible de se libérer à l'intérieur de cette conscience souillée. Toutefois, c'est depuis là que nous nous élevons, en nous reposant dessus, tel le lotus reposant dans la mare, s'en élevant et laissant ses pétales éclore pour libérer son cœur. Dans cette ouverture, nous revenons au sein de la conscience du Soi, de notre essence. Dépouillées de nos illusions, de nos émotions grossières, nos capacités de clairvoyance, de clair



audience et autres sont décuplées. Nous pouvons recevoir l'autre tel qu'il est et être, sans intention. Simplement être. Et au-delà, il est encore possible d'aller plus loin, vers le non soi. Il est difficile de concevoir le non soi pour la plupart des gens. C'est un plan où il est difficile également de se maintenir tout en étant incarné et en vivant notre quotidien. Nous pouvons toutefois le toucher en état méditatif profond et revisiter nos vies à l'aune de cette réalisation partielle. Alors les 3 plans cohabitent, vivent en parallèle, les plans supérieurs étant conscients des plans inférieurs et laissant le tout se mettre en mouvement selon les règles de chaque plan. Dans cette réalisation, ou dans cette compréhension, cette vue de ce qu'il est possible d'atteindre, d'être, nous mesurons mieux comment chacune de nos actions, de nos pensées, de nos paroles influent sur notre monde, sur le monde, le monde de l'autre et le monde en général. Alors, nous sommes en mesure d'être réellement bénéfique et d'accompagner un client vers son plus haut potentiel.

Reiki Usui

**Formation / Initiations jusqu'au 2ème degré intégrés dans la formation
karmathérapie**

Possibilité de compléter avec la maîtrise praticien Reiki Usui

Total sur 3x2j, soit 48h

Le REIKI est une méthode de soins énergétiques par apposition des mains et utilisation de symboles et mantras chargés d'énergie de transformation. En japonais, le mot « reiki » désigne à la fois ce que l'on ne voit pas mais que l'on perçoit au-delà de l'apparence physique, et la « force universelle de vie ». Une forme d'énergie vitale spirituelle, présente en chacun de nous et que d'autres traditions ont intégrée : c'est le « ch'i » des Chinois, le « prana » des Hindous, le « pneuma » des Grecs, ou même la « lumière » des chrétiens. Le Reiki renforce la capacité naturelle des corps à se soigner (immunité et auto-guérison), aide à réduire la douleur et à éliminer les impuretés, désintoxique les cellules, apaise, ancre dans la vie pour demeurer ici quoi qu'il se passe, vitalise en même temps le corps et l'esprit. Le Reiki permet de nettoyer les mémoires cellulaires (mémoires stockées dans nos cellules et sources de nos maladies physiques et mentales), nous traitons ainsi la cause et pas uniquement le symptôme.

Dans ce programme, je vous forme d'abord aux différents niveaux de l'Etre (physique, énergétique, émotionnel, mental, spirituel) et son aura ainsi qu'aux chakras (roues énergétiques), pour connaître la structure énergétique d'un être. Ensuite, je vous enseigne les symboles selon le degré d'initiation et les différents protocoles de soins énergétiques (pour vous et pour les autres). Nous abordons également le nécessaire travail sur soi pour développer bienveillance, accueil et transparence. Ce travail sur soi, imbriqué dans la pratique Reiki, vous permet d'être disponible à l'autre, de l'accueillir tel qu'il est, sans projeter, sans dénaturer et sans avoir peur. Vous apprenez comment accepter le monde de l'autre, en recevoir l'information et laisser partir ensuite (car cela ne nous appartient pas). Nous pratiquons également ensemble, pour vous approprier les protocoles de soins complets et ciblés, développer vos ressentis tout en lâchant-prise et laissant le soin agir.



1er degré : le plan physique et énergétique

Les plans de l'être, la constitution énergétique des corps et les pratiques de soin sur soi et autrui :

- Le Reiki, ce qu'il est et son histoire
- Introduction à ce qu'est un être : qu'est-ce qui naît, les différents plans sur lequel un être agit avec les modalités d'action
- La guérison sur chaque plan
- Les 5 principes du Reiki
- Pratiques de soin : sur soi, sur autrui – soin ciblé et soin complet
- Techniques de nettoyage, méditation de purification et de montée en énergie
- 4 rituels d'initiation répartis sur deux journées

2ème degré : les plans émotionnel et mental (ou la guérison psy)

Les causes de nos souffrances, la guérison émotionnelle et mentale

- Transmission des trois symboles de guérison que vous apprenez à utiliser
- Spiritualité du Reiki (selon l'avancement de chacun)
- Méditation du calme mental
- Transmission des traitements à distance et des traitements du mental
- 2 rituels d'initiation (ou harmonisation) répartis sur deux journées.
- 3ème degré / Maîtrise praticien

Pour compléter votre formation -> 3ème degré : maîtrise praticien et plans spirituels.

Ce 3ème degré n'est plus intégré dans la formation de base à la karmathérapie. Il est toutefois conseillé et à suivre en complément, au meilleur moment pour vous.

- Transmission et pratique du symbole de maîtrise
- Révision des bases du Reiki et complément selon avancement
- Apprendre à recevoir l'information de l'autre
- Méditation vipassana (vision pénétrante)
- Apprendre à être transparent pendant un soin (ne pas polluer l'énergie universelle pour lui conserver toute sa puissance guérissante)
- 1 rituel d'initiation

Mise en situation pratique

12h, par séances de 2h minimum - Au centre de formation ou par Zoom, Skype

Dans le cadre de cette formation, les mises en situations pratiques vous permettent d'intégrer et de vous approprier, dans votre mode de compréhension, les enseignements. L'objectif est qu'ils fassent sens pour vous, que vous puissiez en faire un outil de libération pour vos clients en trouvant vos repères et votre façon de



pratiquer. Nous veillerons à lever vos voiles, dissiper vos doutes ou peurs, accompagner votre ouverture de conscience, vous installer sur les plans karmiques et spirituels (devenir de plus en plus subtil)... Vous suivrez également cette thérapie pour votre propre libération karmique.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Pour mettre en relief les spécificités de la dimension karmique de cette thérapie holistique, les apports théoriques seront confortés par des démonstrations et des exercices pratiques afin de permettre l'intégration des différents niveaux de compréhension, des différents outils et techniques thérapeutiques proposés et d'acquérir les bases d'un accompagnement karmique respectueux du client et efficient.

Les stagiaires sont invités à travailler en inter-groupe entre les sessions ou à décliner dans leurs pratiques professionnelles ces acquis afin d'en faire l'expérience et de bénéficier de feed-back de leurs pairs et de l'enseignant aux sessions suivantes ou pendant les mises en situations pratiques incluses dans la formation pour favoriser l'intégration. Des exercices « Home-work » seront proposés, à réaliser individuellement ou en groupe pour faciliter l'acquisition et l'intégration des cours et exercices.

Les modules sont organisés de sorte à ce que les apports théoriques du départ prennent corps et soient intégrés dans les outils et dans l'évolution du stagiaire au fur et à mesure de la formation. Module après module, les illustrations de la dimension karmique dans toute chose deviendront de plus en plus flagrantes aux stagiaires, afin de voir plusieurs aspects de la même chose pour mieux accompagner son client dans son mode de compréhension et dans ce qu'il est possible de faire pour lui à ce moment là.

Suivi et évaluation

Le suivi de la compréhension et de l'intégration est un souci constant, c'est pour cela que la formation inclus 12h de mise en situation pratique individuel. De même, des questions orales sont posées régulièrement et les réponses sont adaptées à chaque client, dans son métier et sa vue, tout en tenant compte du groupe. Des démonstrations sont faites par le formateur qui est une professionnelle expérimentée, et des mises en situation sont régulièrement programmées en sous-groupe, en alternant avec les enseignements de connaissance.



Un questionnaire d'évaluation est remis aux stagiaires, en fin de formation. Les réponses sont analysées avant les sessions suivantes pour apporter les adaptations ou compléments d'informations éventuellement ressortis des questionnaires.

A l'issue de cette formation

Vous saurez :

- Ce qu'est le karma, dans sa compréhension la plus profonde, la plus subtile, et comment il conditionne notre naissance humaine
- Ce que nous soignons sur le plan karmique chez un être humain
- Différencier causes / conséquences, symptômes / sources des souffrances
- Reconnaître un discours sur un plan émotionnel, mental, spirituel, karmique
- Effectuer un nettoyage des mémoires cellulaires avec ou sans la participation consciente de votre client
- Effectuer un soin d'apaisement ou de renforcement
- Amener votre client à se recentrer
- Travailler en introspection, en vous, tout en étant en lien avec votre client
- Amener votre client à entrer en lui pour conscientiser ses modes de fonctionnement et vous les décrire
- Utiliser les méditations guidées et métaphores adaptées pour ouvrir ou sécuriser, élever ou ancrer, découvrir ou approfondir, libérer ou créer, visualiser ou accueillir les images mentales
- Les suggestions utiles de la communication hypnotique pour faciliter l'intériorisation, la concentration, le lâcher-prise
- Vous concentrer sur un aspect précis de la souffrance de votre client pour remonter le fil jusqu'à la source
- Orienter un client vers les antidotes et l'amener à les appliquer
- Mener un entretien de cadrage efficace, à la fois ouvert et riche d'enseignements pour la suite de la thérapie (anamnèse)
- Faire la différence entre les différents outils thérapeutiques et sur quels plans ils agissent : physique, vitalité / immunité, émotionnel / astral, mental, causal, spirituel, karmique
- Utiliser les outils thérapeutiques en fonction du plan sur lequel votre client se situe et sur lequel il veut bien aller
- Quel sens est le plus développé chez vous et comment identifier le sens privilégié de vos clients pour adapter votre communication
- Quelles sont vos tendances karmiques qui vous empêchent d'être transparent et comment développer votre vigilance pendant vos accompagnements
- Les différentes techniques méditatives pour apaiser, cibler les causes et les dissoudre
- Différencier les différents niveaux de conscience, du plus grossier au plus subtil et comment agir au mieux sur chaque plan en thérapie

Une attestation de fin de formation vous sera remise.



Formation

LIBERATION

des KLESHAS*)

***Conditionnements et filtres**

La méditation introspective et la compréhension des 6 kleshas pour conscientiser vos conditionnements et nettoyer vos filtres émotionnels, mentaux et cognitifs.

Nettoyer les filtres. Prendre conscience que les perceptions et le mental ne sont jamais libres de conditionnements internes et s'en libérer grâce à l'introspection et la sagesse, pour changer les comportements.. Vous vous libérez vous-même et amenez vos clients à une plus grande compréhension de leurs conditionnements et affections racines pour amener des prises de conscience libératrices.

Vous vous formez pour libérer vos propres émotions ou pour devenir thérapeute.



Cette formation aborde :

- la méditation introspective, outil indispensable pour investiguer les conditionnements et filtres de l'intérieur,
- l'impermanence, pour lâcher-prise, laisser nos pensées et émotions se dissoudre,
- les Kleshas -> ce qu'elles sont, comment elles conditionnent notre caractère, notre identité, nos comportements, nos sensations et nos sentiments, comment les transformer.
- l'entretien (avec soi-même ou son client) pour faire émerger et comprendre le mécanisme des kleshas,
- la posture compassionnée et la posture du thérapeute, son ouverture et sa bienveillance, dont dépend sa capacité à accueillir l'autre, dans le plus grand respect de son unicité.

Les kleshas ont été directement enseignées par Bouddha à Sarnath, lors du "1er tour de Roue" (1er enseignement donné à ses 1ers disciples). Déjà présentes dans l'hindouïsme à l'époque, Bouddha en fait une description quelque peu différente, et intégrée avec les moyens habiles pour les dissoudre et retrouver la liberté intérieure et la libération du cycle des souffrances. Cette formation respecte pleinement ces enseignements et se veut une approche thérapeutique pragmatique et pleine de sagesse.



Qu'est-ce que la Libération émotionnelle ?

La libération émotionnelle vise à (faire) observer et comprendre les kleshas et conditionnements en mouvements à l'origine des comportements. Nous nous appuyons sur la méditation introspective et spirituelle, la méditation guidée, un entretien ciblé et la compréhension de l'impermanence et des Kleshas pour libérer, selon le principe "Déposer la conscience à l'intérieur et la conscience dépose le médicament ». Des prises de conscience libératrices émergent.

En suivant cette formation, vous développerez une meilleure appréhension des états intérieurs (de vous-même et de vos clients), une plus grande capacité à mener un entretien (anamnèse) efficace, pour ouvrir des portes (chez vous ou chez votre client), pour une guérison plus directe.

Qui peut en bénéficier ?

Toute personne ayant l'intuition que ses perceptions sont à l'origine de bien des situations et attitudes erronées, ressentant le besoin de se libérer d'émotions perturbatrices racines et pour cela d'en trouver les causes, pour éviter de reproduire. La libération émotionnelle peut se faire pour soi ou sur autrui.

A qui est destinée cette formation ?

Cette formation est ouverte à toute personne souhaitant acquérir une formation solide sur les kleshas, également pour approfondir une pratique thérapeutique et d'accompagnement déjà existante ou pour l'obtenir.

Elle s'adresse aussi à des personnes exerçant des métiers en lien avec le coaching, la psychologie, le soin et l'aide.

Elle s'adresse aussi aux praticiens énergétiques, magnétiseurs et autres guérisseurs qui souhaitent aller au-delà du soin du symptôme pour mieux comprendre leurs clients, les causes sous-jacentes et les accompagner dans la gestion et la libération de leurs émotions.

Plus généralement, cette formation s'adresse à toute personne souhaitant élargir ses connaissances avec des savoirs vérifiés et ancestraux, qui lui permettront de mieux comprendre comment ce qui s'élève en nous, comment observer, comment remonter aux causes et comment libérer.

Elle est accessible également à toute personne souhaitant en faire un outil de développement spirituel.



Pré-requis

Aucun. Tout adulte intéressé peut suivre cette formation complète ou certains modules.

Certification

Cette formation Karmathérapie est une des composantes, avec la Karmathérapie, d'un processus de certification « Praticien en libération des kleshas et des karmas », dont vous trouverez le détail plus avant.

Utilisation de la Libération des kleshas en tant que thérapeute

En ayant une compréhension approfondie des kleshas, en réalisant l'impermanence et en développant la vision intérieure, vous serez plus à même de voir ces mouvements et impulsions chez vos clients.

En travaillant votre posture, vous développerez plus de congruence, d'empathie, de compassion. Et en travaillant sur vos entretiens, vous amènerez de la profondeur dans l'anamnèse (comment les choses se sont mises en place) et, avec quelques questions aux mots bien choisis, vous guiderez votre client avec efficacité.

Vous utilisez directement la technique Vipassana avec vos clients, en leur enseignant, en les amenant dans leur ventre et en travaillant en séance avec eux sur les émotions perçues et le lâcher-prise. Vous mènerez également des méditations guidées ciblées.

Avec le Reiki par exemple ou tout autre soin énergétique, vous pourrez aller plus directement vers un soin ciblé et amener votre client à comprendre les causes de ses douleurs physiques et mentales.

Avec toute autre méthode thérapeutique comme l'hypnose, la psychologie, le coaching..., votre profondeur d'écoute, d'accueil et votre sagesse sauront amener votre client à mieux se comprendre, à percevoir ses impulsions, ses tendances. Vous saurez amener des prises de conscience. Vous mettrez de la clarté dans la confusion et l'opacité, de la sagesse dans le manque de discernement, de la simplicité dans la complication mentale, de la cohérence intérieure dans l'égaré extérior.



Contenu de la formation Libération des kleshas

La formation complète contient 6 modules de 3 j (pour un total de 144h).

Module 1

Méditation introspective

La clé de la libération des kleshas est la conscience, dans son acception de sagesse : “Poser la conscience à l’intérieur, et la conscience déposera le médicament, libérera.” La méditation introspective (sur la base de la méthode Vipassana en sanskrit) est le moyen par excellence.

Cette formation vous apprendra à entrer en soi, demeurer, observer, se connaître, et lâcher. Vous expérimenterez comment faire cela, et sur quoi vous focaliser pour libérer les kleshas. C’est la base du travail de libération, travail qui deviendra de plus en plus clair et évident avec les modules suivants.

Programme des 3 jours :

- Les apports de la méditation introspective
- Posture et étapes à suivre pour s’installer en introspection
- Les points d’attention et les solutions pour dépasser les difficultés dans votre méditation
- Méditation et Libération des kleshas en tant que thérapeute
- L’entraînement de votre esprit : comment et quoi observer en vous. Avoir les points de repères nécessaires à une bonne pratique.
- Un nouveau rapport à soi et au monde : changer vos relations et vos perceptions
- Comment évaluer les résultats de votre pratique pour la faire évoluer

Fil rouge sur les 3 j : Temps de pratique formelle et d’échanges sur votre pratique, vos difficultés, vos réussites, vos questionnements -> afin de poursuivre votre pratique chez vous dans de bonnes conditions.

Module 2

Impermanence, émotions et lâcher-prise

En comprenant fondamentalement l’impermanence, plus rien n’attache, pas plus les émotions qui s’élèvent, que les pensées, les croyances, les habitudes... “Elles se dissolvent comme des nuages dans le ciel”. Nous apprendrons dans cette formation à vivre l’impermanence pour lâcher-prise. Dans les modules suivants, il sera alors



plus aisé de voir comment les kleshas influencent nos comportements, notre idée de nous-même, nos intentions sous-jacentes et d'agir en toute conscience.

Programme des 3 jours :

- La méditation et l'observation de soi
- Impermanence, de quoi parlons-nous ?
- Liens entre impermanence, émotions, comportements et événements de la vie
- Différencier émotions vs "occident" et kleshas vs bouddhisme
- Les 6 kleshas : ce qu'elles sont et comment les voir à l'oeuvre
- Avec vos clients, ce que vous devez voir
- Kleshas et événements vivants
- Interdépendance des phénomènes
- Entrer en amitié avec soi-même

Fil rouge : Temps de pratique méditative pour observer les émotions + temps d'échanges sur votre pratique, vos difficultés, vos réussites, vos questionnements -> afin de poursuivre votre pratique chez vous dans de bonnes conditions.

Module 3

3 kleshas : orgueil, comparaison et attachement

La "psychologie bouddhiste" considère que les émotions telles que la peur, le dégoût, la tristesse... sont des produits dérivés des 6 kleshas / conditionnements (Nyeunmong en tibétain, afflictions racines ou émotions perturbatrices en français) qui mènent à des perceptions erronées. Nous les abordons en 2 modules, avec 3 kleshas / module.

Nous verrons pour chacune d'elles pendant ces 3j :

- ce qu'elles recouvrent
- comment elles agissent en nous
- les comportements, caractères, croyances et émotions dérivés
- comment les reconnaître quand elles sont en action
- comment (amener un client à) en prendre conscience
- les antidotes ainsi que les soins et les pratiques méditatives pour libérer chacune d'elles

Dans ce module 3, nous abordons 3 kleshas.

ORGUEIL -> Dans cette compréhension, l'orgueil est appréhendé d'abord comme le point de départ de l'idée d'un soi et ce qui en découle : le développer, le protéger, lui procurer du plaisir, éviter les souffrances, obtenir ce qu'il aime, éloigner ce qu'il n'aime pas... Il entraîne chérissement de soi (au détriment des autres), isolement, sentiment de solitude, déprime, sur ou sous-estimation de soi, non prise en compte des autres, incapacité à se sentir aimé tellement nous sommes enfermés dans notre quant-à-soi...



COMPARAISON -> De la notion de soi émerge la notion de l'autre et toutes les émotions négatives issues de la dualité : comparaison, compétition, jalousie, les meilleurs / les médiocres, les élites / les indigents, la lutte pour vaincre, se maintenir, grimper ou ne pas décliner, le jugement et la classification des êtres... Il y a lutte constante pour faire partie des meilleurs, impossibilité de lâcher-prise sur l'importance de sa place, de son statut social... Pas de répit pour les candidats aux élites pourrions-nous dire. Mais tellement éreintant et déconnecté de la réalité du terrain.

ATTACHEMENT -> L'attachement est lié au désir, cette impulsion qui nous entraîne dans un mouvement vers l'avant pour vivre encore autre chose. Le désir nous pousse vers un autrement, ailleurs. L'attachement, c'est le besoin de continuer à satisfaire nos sens, nos inclinaisons, et à l'inverse, le souhait de se défaire de ce qui nous déplaît. Nous souffrons quand nous n'obtenons pas ce que nous aimons. Nous souffrons quand nous n'arrivons pas à nous défaire de ce que nous n'aimons pas. Le désir et l'attachement entraînent non-contentement, addictions, épuisement mental, agitation, indécision, impossibilité de lâcher-prise, excitation, burn-out, mensonge pour obtenir ou maintenir ce que l'on désire, cachotterie, non-dit, infidélité...

Module 4

3 kleishas : colère, insatisfaction, manque de discernement

Même principe que pour le module 3, avec 3 autres kleshas.

MANQUE DE DISCERNEMENT -> Cette klesha est souvent traduite par ignorance, opacité mentale. C'est la perte de la sagesse primordiale, la cause première de toutes les souffrances car, en plus de nous amener à consolider un soi de plus en plus figé, nous perdons le contact avec la réalité telle qu'elle est. Elle entraîne des difficultés à prendre de bonnes décisions car nous ne voyons pas de chemins clairs. Nous suivons nos émotions sans discernement, croyons nos pensées malgré l'étroitesse de nos connaissances, figeons des vérités, pensons que nous détenons la vérité et que les autres se trompent... Nous devenons têtus, bornés. Nous rejetons la connaissance, ou nous la recherchons activement mais la figeons. Nous manquons de souplesse intellectuelle.

INSATISFACTION -> Cette klesha est plus souvent traduite par avidité. C'est le besoin de plus, avec le verso de la pièce, le besoin de se débarrasser de tout quand on n'a pas réussi à avoir plus et qu'on cherche une autre stratégie. Elle recouvre donc l'avidité, l'insatisfaction, l'incapacité d'apprécier ce que nous avons, la sensation de ne jamais recevoir assez, de donner sans retour, de manquer... Elle entraîne aussi des difficultés de digestion, des allers-retours entre trop et pas assez, un épuisement de notre entourage qui est constamment accusé de ne pas donner assez ou de trop nous demander.



COLÈRE -> La colère est l'expression forte du rejet de ce que nous jugeons non souhaitable (dans notre manque de discernement). Nous voulons éloigner, transformer, maîtriser, dominer les choses. Est compris ici la malveillance que nous avons pour autrui, mais aussi celle que nous supposons que les autres ont à notre égard. Les idées de complotisme, d'être manipulé, pris pour un imbécile... relèvent de cette klesha. Elle entraîne l'attaque, la défiance, la critique, les mots durs, l'intransigeance, la domination, la soumission, l'incapacité à se sentir aimé car l'amour nous est inconnu, la difficulté à faire confiance. Nous cherchons toujours des coupables à nos tourments intérieurs pourtant créés par nous.

Module 5

Mener un entretien

L'entretien est un art que nous pouvons toujours améliorer pour être en rapport avec notre client (nos proches, nous-même), dans une écoute bienveillante et attentionnée, ouvert à son monde pour accueillir sans déformation ce qu'il nous dit, ce qu'il vit.

Comment ne pas nous limiter dans nos propres croyances ? Comment être en relation vertueuse ? Comment appréhender le monde de l'autre dans toutes ses subtilités ? Comment percevoir au-delà de nos constructions mentales ? Comment ne pas arrêter l'écoute à la surface de ce qui est exprimé et approfondir la compréhension ? Comment trouver les bonnes questions ?

Voilà ce que nous travaillons dans cette formation de 3j : amener votre client (ou vos proches, ou vous) à exprimer plus de profondeur.

Le client exprime d'abord des ressentis superficiels, des symptômes, des conséquences visibles, puis des croyances (ses perceptions) et au-delà il peut enfin toucher les intentions qui le poussent à (ré)agir ainsi. Là, vous touchez aux kleshas.

Programme des 3 jours :

- Ecoute ordinaire vs écoute bienveillante et attentionnée -> passer de l'une à l'autre
- Entrer en contact avec votre client, accueillir son monde
- Bases d'une relation juste, ouverte et tournée vers l'autre
- Reconnaître dans les mots de votre client son mode de communication et son sens de prédilection : prédicats ou langage des perceptions, avec moyens de vous y adapter
- L'entretien thérapeutique : ses étapes, les questions clés par étape, les questions d'approfondissement pour échanger sur des plans de plus en plus subtils, conseils pratiques pour les débutants
- Modèle de questionnement DGS -> lorsque nous parlons aux autres ou à nous-même, notre langage peut être approximatif par Généralisation, Suppression (de certaines informations) et Distorsion. Les repérer et retrouver par des questions simples les informations manquantes ou amalgamées
- Synchroniser, ou l'adaptation au mode de fonctionnement de son client, à sa sensibilité, à son mode relationnel. Synchronisation sur un plan ordinaire,



synchronisation sur un plan subtil

– Déconstruire une croyance en 10 mn

Le tout avec des enseignements pour comprendre et des exercices / méditations pour mettre en pratique sur soi et avec ses clients.

Module 6

Posture compassionnée, posture du thérapeute

Au-delà des soins et du questionnement, le thérapeute interagit avec son client avec ce qu'il est, ce qu'il dégage. C'est pourquoi les dimensions de présence, bienveillance et confiance sont à la base de la posture thérapeutique.

Tout ce que le client dit est vrai, dans la mesure où c'est ce qu'il vit. C'est sa réalité. Le thérapeute se laisse pénétrer par son monde et l'éclaire pour faire émerger les kleshas.

Nous aborderons durant ces 3j :

Comment créer une relation vertueuse ? Comment accueillir l'autre tout en demeurant à l'écoute de nos ressentis ? Comment nous adapter à chaque client, dans son registre, sans nous perdre ? Comment ne pas insuffler notre monde et nos certitudes ? Comment ouvrir notre client à de nouveaux champs des possibles ?

Programme des 3 jours :

- Savoir créer le rapport et entrer en relation vertueuse avec son client
- Les attitudes fondamentales du thérapeute, selon Carl Rogers
- Présence ordinaire vs présence attentionnée, en contact avec la réalité, avec nos réalités confondues pendant la thérapie, en accueil, attentif
- Bienveillance et compassion, concentré sur son client pour l'accompagner à se libérer de ses souffrances et à prendre conscience des causes qui l'ont amené à créer ses souffrances, pour ne pas recommencer
- Confiance, une histoire de foi en son client et en l'interaction pendant la séance
- Savoirs clés du bon communicateur
- Sagesse, amour altruiste et bienveillance, ou la coopération patient / thérapeute
- Accueillir le monde de l'autre, entre subjectivité et réalité
- Les différents plans de conscience et comment entrer en relation sur les plans subtils (si on l'est soi-même)
- Les kleshas et le thérapeute, savoir s'observer, être son propre thérapeute et les intégrer dans ses savoir-être
- Et un travail personnel pour se visualiser en posture de thérapeute, selon le mode de fonctionnement et les kleshas propres à chacun

Le tout avec des enseignements pour comprendre et des exercices / méditations pour mettre en pratique sur soi et avec ses clients.

Un travail individuel sera effectué par chaque stagiaire pour se confronter à sa posture de thérapeute et voir où il en est.



Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Les enseignements sur la méditation introspective, l'impermanence, les 6 kleishas, la compassion... seront confortés par des démonstrations et des exercices pratiques afin de permettre l'intégration des subtilités de ces enseignements, basés sur une sagesse profonde. Les différents outils et techniques thérapeutiques proposés permettront d'acquérir les bases d'une libération émotionnelle respectueuse du client et efficace, dans la compréhension de la sagesse de Bouddha.

Pour les stagiaires de la formation complète, ils sont invités à travailler en inter-groupe entre les sessions ou à décliner dans leurs pratiques professionnelles ces acquis afin d'en faire l'expérience et de bénéficier de feedback de leurs pairs et de l'enseignant. Des exercices « Home-work » seront proposés, à réaliser individuellement ou en groupe pour faciliter l'acquisition et l'intégration des cours et exercices.

Suivi et évaluation

Le suivi de la compréhension et de l'intégration est un souci constant. Des questions orales peuvent être posées régulièrement et les réponses sont adaptées à chaque élève, dans son métier et sa vie, tout en tenant compte du groupe. Des démonstrations sont faites par le formateur qui est une professionnelle expérimentée, et des mises en situation sont régulièrement programmées en sous-groupe, en alternant avec les enseignements de connaissances.

Un questionnaire d'évaluation est remis aux stagiaires, en fin de module et de formation complète. Les réponses sont analysées avant les sessions suivantes pour apporter les adaptations ou compléments d'informations éventuellement ressortis des questionnaires.

Pour garantir une pratique dans les règles de l'art et en respect des enseignements reçus, les élèves peuvent compléter leur formation par la SUPERVISION et aller jusqu'à la CERTIFICATION « Praticien en libération émotionnelle et karmique » (voir ci-après).



A l'issue de la formation complète

Vous saurez, à l'issue de la formation complète :

- Comment entrer en méditation introspective
- Comment mener l'introspection focalisée sur une souffrance, une émotion, une tendance
- Faire le lien entre l'impermanence et la libération émotionnelle, pour une dissolution plus facile des émotions
- Identifier les 6 émotions perturbatrices de base dans la compréhension bouddhiste (Kleishas)
- Différencier les Kleishas et les émotions répertoriées dans la compréhension occidentale
- Comment reconnaître ces émotions quand une personne les exprime et les vit
- Ce qu'elles recouvrent
- Comment elles agissent en nous
- Les comportements et émotions dérivés
- Comment les reconnaître quand elles sont en action
- Comment amener un client à en prendre conscience
- Les antidotes
- Comment mener un entretien thérapeutique
- Comment avoir une écoute bienveillante
- Comment approfondir un entretien avec un client en thérapie (ou avec soi en libération pour soi)
- Comment avoir une posture thérapeutique compassionnée
- Comment respecter son client, son univers

Une attestation de formation est remise aux personnes ayant suivi l'intégralité de la formation.



CERTIFICATION

« Praticien en libération des kleshas et des karmas »

Au-delà de la formation, cette certification atteste, après un processus de supervision, que votre pratique de la Libération des kleshas et des karmas est professionnelle, respecte les règles de l'art et l'éthique..

Certification établit par Harmonie et Croissance, Christelle Hauteville-Chadorla..



Pré-requis

Pour prétendre à cette certification, vous devez :

- avoir suivi intégralement les formations Karmathérapie* et Libération des kleshas** (attestation de formation en justifiant)
- avoir été supervisé sur 20h

*hormis le Reiki Usui où vous avez pu être formés par d'autres Maîtres enseignants

**Il n'est pas possible de suivre les formations Karmathérapie et Libération des kleshas sur la même période. C'est un chemin progressif.

Travail à rendre

Déroulé de la certification :

- remise d'un mémoire, écrit ou vidéo, sur votre pratique avec un volet « Connaissances » et un volet « Expériences »
- la soutenance de votre mémoire

Pour cela, vous pouvez faire une grande place à des expériences clients : problématiques amenées, causes perçues, kleshas et karmas en action, les moyens qu'a mis en oeuvre votre client pour en prendre conscience durant les séances, les moyens de lâcher mis en oeuvre par votre client également, vos suggestions déterminantes et utiles, les bienfaits ressentis et exprimés par votre client, les bienfaits perçus de votre côté, et surtout, en quoi votre pratique l'a aidé.

Critères de réussite

Les critères de réussite sont :

- Capacité à intégrer de façon pragmatique les enseignements délivrés dans les formations sur le karma, les 6 kleshas et plus généralement la roue du Samsara, les remèdes et qualités transcendantes dans votre pratique avec vos clients



- Capacité à mener un entretien préalable (anamnèse) conduisant à un point de focalisation clair et relevant du plan karmique et des kleshas
- Capacité d'adaptation pour proposer des suggestions menant le client à plus de clarté pour prendre conscience de ses tendances karmiques propres, à l'origine de ses souffrances, et trouver des moyens de les transformer ou accepter, jusqu'à dissolution
- Capacité à faire grandir la conscience de vos clients quand à leur mode de fonctionnement intérieur (sensations, émotions, perceptions)
- Capacité d'écoute bienveillante
- Capacité à distinguer quand un client est sur un plan mental, émotionnel, psychologique ou karmique et à le ramener sur le plan karmique
- Capacité à être transparent, tolérant et ne pas imposer sa vérité (croyances limitantes) à ses clients, pour laisser de l'espace et accueillir les leurs

Quand enclencher le processus

Le processus de certification débute au plus tôt en cours de formation karmathérapie. Vous avez déjà une clientèle qui vous permet de mettre en pratique nos méthodes thérapeutiques dans leurs profondeurs ou vous pratiquez sur des "cobayes".

Votre processus de certification débute par une note ou vidéo indiquant votre parcours en lien avec cette certification abordant ce que vous avez intégré des formations, en quoi cela vous a changé, a changé votre pratique... Faites ressortir la nouvelle philosophie de vie et de pratique professionnelle qui vous porte désormais et comment les enseignements et les libérations vécues vous ont transformés. Enfin, vous mentionnerez comment vous envisagez d'interagir avec vos clients : posture, structure, offre de services, éthique professionnelle.

Décision

La supervision à elle-seule n'entraîne pas automatiquement la certification. La décision finale de délivrer ou non la certification relève uniquement d'une décision motivée du superviseur, sur la base des critères de réussite ci-dessus mentionnés.



SUPERVISION

- Coaching professionnel -

Pour professionnaliser vos pratiques en Libération des kleshas, en karmathérapie et en Reiki
Dans le cadre de la certification ou non

La supervision est le processus interactif entre un praticien, qui partage ses expériences de pratique professionnelle avec un superviseur, afin d'être conseillé et de nouer un dialogue propice à la réflexion, la remise en question et la professionnalisation par l'apprentissage, pour le plus grand bénéfice du praticien et de ses clients.

Rôle du superviseur

Le rôle du superviseur consiste à :

- Développer les compétences et aptitudes du praticien
- Offrir un espace de support pour réfléchir aux expériences vécues au cours du travail avec les clients
- Favoriser des pratiques professionnelles de qualité conformes aux enseignements délivrés dans les formations
- Spécifiquement dans le cadre de la Karmathérapie et de la Libération des kleshas, la supervision vise à amener le praticien à intégrer dans sa pratique les enseignements délivrés :
 - pour que les connaissances deviennent expériences



- pour que la sagesse du Bouddha à la base des enseignements de la karmathérapie et de la Libération des kleshas, soit incarnée par le praticien et qu'elle devienne un support utilisé avec discernement
- pour que les libérations effectuées ne restent pas sur des plans dits "grossiers" (émotionnel et mental) mais à la source, sur les plans karmique et des kleshas
- pour que le praticien tire le meilleur des formations

Qui peut en bénéficier ?

La supervision est un service proposé à toutes les personnes ayant suivi une de nos formations.

Elle se pratique dans les locaux d'Harmonie & Croissance ou en ligne.

Plus spécifiquement, la supervision de votre pratique professionnelle est un des pré-requis à la certification « Praticien en libération des kleshas et des karmas ».