

# Explorer mes expériences de transcendance

## *L'impact sur la croissance de l'expérience de transcendance*

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

---

- Mieux percevoir les liens entre la dimension psychologique et la dimension spirituelle en soi.
- Entrer dans l'intelligence de votre expérience de transcendance et démasquer les fausses images reçues dans ce domaine.
- Éclairer le cheminement pour avancer dans une relation dynamisante à cette réalité de transcendance en soi.

### CONTENU DE LA FORMATION

---

- *1<sup>re</sup> partie – Mes expériences de transcendance*
  - Explorer mon expérience de transcendance par diverses approches : valeurs fondamentales et d'engagements, traversée de moments difficiles, valeurs sociales et humanitaires, approche par la conscience profonde
  - Identifier les caractéristiques d'une expérience authentique de transcendance
- *2<sup>e</sup> partie – Expériences de transcendance et croissance personnelle*
  - Impacts des expériences de transcendance sur ma personne et la conduite de ma vie
  - Docilité aux appels vécus à partir de mes expériences de transcendance
- *Plan d'action et bilan*

### CADRE PÉDAGOGIQUE

---

La formation est donnée en groupe. Des questions invitent chaque participant.e à observer dans sa propre vie le thème traité et à décrire son vécu. Ce temps personnel d'analyse guidée est suivi de partages libres, sans entrer en discussion. En vue d'approfondir la recherche personnelle de chaque participant.e, la.le formateur.rice intervient et utilise différents moyens pédagogiques (schémas, apports, notes d'observations, ...). Le travail en groupe permet de s'enrichir de la diversité des expériences. On est invité à des prises de décisions réfléchies en lien avec sa réalité concrète.

### CONDITIONS DE PARTICIPATION

---

Il est nécessaire d'avoir suivi au préalable les formations *Qui suis-je?* (ou les modules *Découvrir les traits de mon identité* et *Progresser en solidité*) et *À l'écoute de ce qui se passe en moi*. Cette formation n'est pas conseillée aux personnes fortement perturbées ou en psychothérapie, sauf avis favorable de leur psychothérapeute.