



Le Maître Rêveur¹

Au-delà des symboles :

Mes rêves : un miroir qui traduit la façon dont je vis ma vie

Comme je rêve, comme je vis

Comme je vis, comme je rêve

Un atelier pour gérer son bien-être dans le quotidien à partir de ses rêves

Le Maître Rêveur est un accompagnateur essentiel dans un processus de cheminement personnel. Il est un outil d'auto-développement précieux et efficace.

Le travail avec les rêves vient d'une longue tradition. De tout temps, l'homme a essayé de percer le langage des rêves dans l'espoir d'y trouver des réponses pour régler ses angoisses quotidiennes. En Amérique, les indiens avaient une tradition bien enracinée autour de l'utilisation de leurs rêves pour mieux gérer leur vie. Chaque matin, ils se réunissaient en groupe pour écouter les rêves les uns des autres. Pour chaque rêve, ils travaillaient **la façon d'être du rêveur dans son rêve dans l'espoir de changer la journée de cette personne.**

Le travail proposé dans cet atelier s'inspire de cette tradition, mais également de traditions et théories modernes sur le processus du rêve et le fonctionnement du cerveau. À partir des rêves des participants, nous apprendrons à explorer la dynamique du rêveur pour ensuite influencer le processus de l'expérience illustré dans le rêve. Nous allons travailler avec le processus du rêveur et non le contenu. Nous nous attarderons au **comment s'exprime le processus de vitalité du rêveur au niveau des émotions, de la clarté, des frontières, de l'expression et du contact.** Nous prendrons le temps d'identifier ces éléments dynamiques et ensuite de les travailler à partir des rêves de chacun, en grand groupe et en petits groupes.

¹ Ce titre est emprunté à un ouvrage publié en 1978 sur le travail avec les rêves auquel j'ai participé
2503, Henri-Bourassa Est, bureau 101, Montréal (Québec) H2B 1V3 Tél. 514-383-8615



Cette méthode a été développée par les Drs Richard Corriere et Joe Hart en 1978. J'ai participé à la traduction de leur livre et j'ai utilisé et enseigné cette méthode pendant des années avec les Drs Hart et Corriere. Nous y avons maintenant ajouté des outils de la PCI et la compréhension de la théorie polyvagale de Stephen Porges qui enrichissent le processus de régulation affective avec le soutien des rêves et du corps

processus. Nous vous proposons d'explorer ce chemin vers **le "Maître Rêveur", celui qui utilise ses rêves pour guider son périple vers sa transformation et son mieux être.**

Durée : L'atelier se donnera en un premier bloc de 2 jours, de 9h30 à 17h. Un atelier de suivi et d'approfondissement sera offert le 10 mai 2025 (6 heures)

Date : 14 et 15 mars 2025 (vendredi soir et samedi)

Nombre d'heures: 9 heures

Lieu : Montréal

Coûts : 375\$

Ouvert à tous

Nombre maximum de participants : 10

Animateurs : André Duchesne

Modalité d'inscription : Contactez André par e-mail à ad.ipci@sympatico.ca

Date limite d'inscription : le 3 février 2025

Préparation à l'atelier :

2503, Henri-Bourassa Est, bureau 101, Montréal (Québec) H2B 1V3 Tél. 514-383-8615

Fax 514-383-0294 courriels : ad.ipci@videotron.ca ; andre@institutpci.com ;
info@institutpci.com



Chaque participant doit se procurer un cahier de rêve, dans lequel il commence à inscrire ses rêves chaque matin. Si vous ne vous rappelez pas de vos rêves, prenez le temps d'inventer un rêve à partir des sensations qui vous habitent à ce moment. Faites ce petit exercice en vous réveillant le matin, avant même de vous lever.

2503, Henri-Bourassa Est, bureau 101, Montréal (Québec) H2B 1V3 Tél. 514-383-8615

Fax 514-383-0294 courriels : ad.ipci@videotron.ca ; andre@institutpci.com ;

info@institutpci.com