

**MEDITATIONS**  
**ET**  
**VOIES SPIRITUELLES**



**avec**

**Dr Ferdinand WULLIEMIER**

**Séminaire de 2 jours**

## OBJECTIFS DU SÉMINAIRE

Il devrait permettre aux participants de se faire une idée au sujet des techniques principales de méditation et des voies spirituelles auxquelles elles sont rattachées .

C'est dans ce but qu'on procèdera, dans une atmosphère de silence intérieur progressif, aux présentations verbales indispensables, à des discussions (à partir des préoccupations, questions et expériences des participants), à la lecture méditative de documents, ainsi qu'à de nombreux exercices appropriés. Ces exercices silencieux, issus de différentes traditions, permettront aux participants d'expérimenter par eux-mêmes les sujets abordés au cours du séminaire<sup>1</sup>.

*Plus précisément, les questions suivantes seront abordées en détail :*

A) Concernant les méditations :

- Comment définir la méditation ?
- La méditation a-t-elle une histoire ?
- En quoi se distingue-t-elle de la concentration, de la réflexion, de l'autohypnose, de la contemplation, du sommeil, etc. ?
- Comment se préparer à méditer ?
- Quelles erreurs convient-il d'éviter ?
- Comment, où, quand, à quelle fréquence et pendant combien de temps est-il conseillable de méditer ?
- Quelle(s) posture(s) adopter ?
- Pourquoi des méditations individuelles et des méditations en groupe ?
- Que recherche-t-on au moyen de la méditation ?

---

<sup>1</sup> Les participants qui ont l'habitude d'utiliser un matériel particulier pour leur pratique (safu, planchette, bobsit, chair, etc) pourront l'amener sur place.

- Quels en sont les stades de profondeur ?
- Peut-on rester continuellement dans un état méditatif (samadhi) ?
- Qu'entend-on par méditations-prières ?
- Suffit-il de méditer pour atteindre son (ses) but(s) ?
- Quels sont les effets possibles de la méditation (aux niveaux physique, psychologique et spirituel) ?
- Y-a-t-il des dangers et des contre-indications à méditer ?

B) Concernant les différentes voies spirituelles :

- Religions et spiritualité(s) doivent-elles être différenciées ?
- Quelles sont les voies (méthodes) principales accessibles en Occident ?
- Qu'offrent-elles en plus de la méditation et pourquoi ?
- En quoi diffèrent-elles des (psycho)thérapies ?
- En quoi se distinguent-elles quant à leur(s) but(s) et leurs techniques ?
- Quelles sont les caractéristiques des associations spirituelles ?
- Comment y entre-t-on ? De l'argent est-t-il nécessaire ?
- Comment en sort-on ?
- Y a-t-il des associations dangereuses ?
- Comment faire son choix ?

## **Ce séminaire intensif dure 2 jours.**

Il est organisé lorsqu'un nombre suffisant et limité de personnes s'y sont inscrites, (max. 15 participants), à l'aide du formulaire d'inscription provisoire ci-joint.

Les participants sont avertis des dates fixées au minimum 2 mois à l'avance. Ils peuvent alors confirmer leur participation définitive en réglant la somme requise pour le séminaire.

Le séminaire a lieu à Corcelles-le-Jorat (18km. au nord de Lausanne, 850 m. d'altitude), dans un cadre paisible en pleine campagne et en bordure d'une grande forêt.

Un lunch végétarien et des collations sont servis sur place.

Le prix global du séminaire par personne est de CHF 380.- repas inclus.

---

Une attestation sera délivrée aux participants.

---

Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à:

C. Wulliemier, CH-1082 Corcelles-le-Jorat

TI +41 (0)21 903 22 70

f.c.wulliemier@bluewin.ch

## *L'animateur:*

Ferdinand Wulliemier est né en 1942. Il a fait ses études de médecine et sa spécialisation en psychiatrie et psychothérapie en Suisse et aux Etats-Unis. De formation psychanalytique, puis systémicienne et humaniste, il a exercé une activité institutionnelle et privée durant 35 ans en tant que thérapeute et enseignant (Faculté de Médecine, Sciences Sociales et Politiques, Centre d'Etude de la Famille à Lausanne, etc).

Il anime depuis plus de 25 ans (principalement en Suisse et en France), différents séminaires d'orientation psycho-spirituelle, tels que:

- « Notre développement bio-psycho-spirituel, ses troubles et leurs remèdes »
- « Une orientation spiritualisée des rapports humains ou Principes de base pour des interventions d'inspiration spirituelle »
- « Maîtres et aspirants »
- « Dis-moi comment tu rêves et je te dirai... »
- « Séminaire d'analyse de rêves en groupe »
- « Présentation en groupe de situations cliniques dans une approche systémique et spirituelle »

Il est l'auteur de plusieurs ouvrages, dont « La Psychologie et son rôle en Spiritualité », « Les personnalités, l'ego et la transformation du caractère », etc.

Ferdinand Wulliemier pratique la méditation depuis 1985 et tente d'appliquer dans sa vie privée et professionnelle l'enseignement qu'il reçoit dans sa voie spirituelle.