

# ENTRE OMBRE ET LUMIÈRE

Programme des cours, ateliers et formations.

2024-2025

**Annick Pineau et Corinne Lewis**

Tél : **06 47 74 14 03**

Siret : 529 903 536 00025

[asc.ombrelumiere@orange.fr](mailto:asc.ombrelumiere@orange.fr)

<https://www.entreombreetlumiere.com/>

**Poser des questions directement sur le site :**

<https://www.entreombreetlumiere.com/contact/>



Le site « Entre ombre et lumière » est pourvu d'une plate-forme pédagogique permettant à chaque apprenant(e) de disposer de son propre espace personnel.

Avec la possibilité, pour les cursus longs, de poser des questions entre chaque cours.

Cet espace personnel regroupe tous les cursus ou cours ou ateliers auxquels l'apprenant(e) est inscrit. A l'intérieur de chacun, se trouvent tous les documents, audios et vidéos.

L'ensemble est accessible sur place ou téléchargeable.

Tous les cours oraux ont lieu en Visioconférence (Zoom).

Le lien de connexion à Zoom se trouve dans chaque espace personnel.

Les dates des cours se trouvent dans chaque espace personnel et dans chaque programme.

## ✓ L'analyse des rêves

Il y a différentes manières d'aborder un rêve. Nous travaillerons avec l'approche jungienne.

Considéré par S. Freud comme « la voie royale qui mène à la connaissance de l'inconscient », le rêve est pour C.G. Jung « *un phénomène naturel qui ne procède pas de la volonté et qui est donc inexplicable par conscience* ».

Le rêve est garant de l'équilibre psychique, Jung l'a défini comme une « fonction biologique compensatrice ».

Le rêve provient de notre nature profonde et veut donner un sens à la réalité de notre vie.

Dans l'étude du rêve nous rencontrons nombre d'images en relation avec les différents archétypes qui constituent la psyché (moi, persona, ombre, archétype lumière, anima, animus) ainsi que toutes les figures symboliques, mythiques. Le processus alchimique sera abordé.

- La première année de cette formation a été consacrée à la structure du rêve et aux approches de base nécessaires pour l'accueillir. Avec une mise en pratique à partir des rêves des participants.
- La seconde année sera consacrée à ce qui suit :
  - Les 4 dimensions de signification du rêve.
  - Comment le rêve agit comme un révélateur ici et maintenant.
  - Les grands symboles à l'œuvre dans les rêves<sup>1</sup> : savoir les reconnaître et les adapter au contexte.
  - La question de la santé à travers les rêves.
  - Approche du rêve éveillé.
  - Mise en pratique à partir des rêves des participants.

**Les personnes n'ayant pas participé à la première année et souhaitant s'inscrire cette année peuvent en faire la demande.**

---

<sup>1</sup> Et aussi reconnaître l'archétype maternel ou paternel dans un rêves, reconnaître l'archétype du Soi, reconnaître un rêve de culpabilité, de mort, d'abandon, les rêves d'animaux, etc.

## 6 ateliers d'octobre 2024 à juillet 2025

### Formation certifiante<sup>2</sup>

Ateliers en petits groupes de 5 personnes maximum.

**Travail de groupe : présence et participation nécessaire à chaque atelier.**

Animés par Annick Pineau : [voir ici](#)

#### ✓ Organisation

- Ateliers de 3h30 (+ 15 mn de pause). Le samedi après-midi de 14h à 17h30.
- Suggestions de travail, etc. peuvent y être téléchargés.
- Enregistrement des parties théoriques<sup>3</sup> et documents de synthèse.

#### ✓ Dates

12 octobre - 30 novembre - 4 janvier - 1<sup>er</sup> février - 1<sup>er</sup> mars - 12 avril.

#### ✓ Modalités

- 6 ateliers : 210 €. Règlement en une fois ou possibilité d'adresser 6 chèques à l'inscription.

---

<sup>2</sup> Sur 12 ateliers au total sur 2023/2024 et sur 2024/2025. Selon certaines modalités et pour les personnes ayant assisté à tous les ateliers.

<sup>3</sup> Pour respecter la confidentialité la partie « étude du rêve » n'est pas enregistrée.