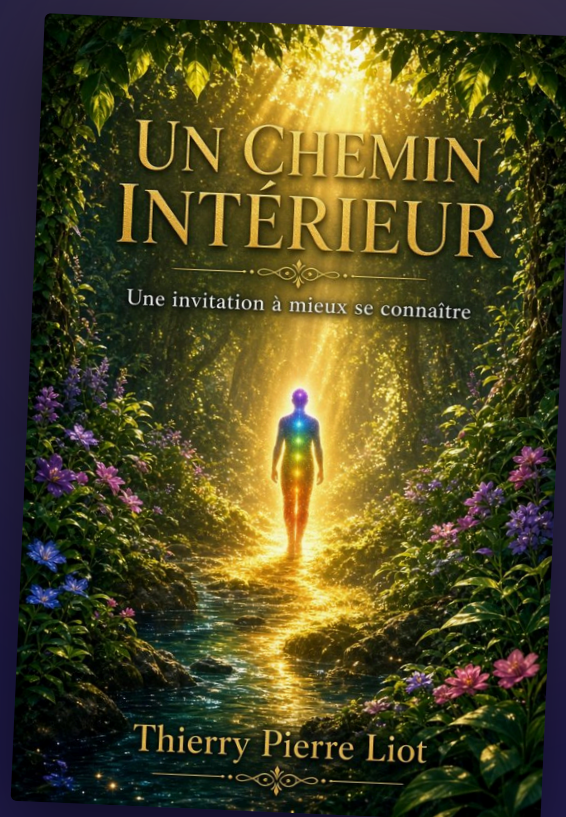


THIERRY PIERRE LIOT · RÊVE · ÉNERGIE · CONSCIENCE

Un Chemin *Intérieur*

Accompagnement individuel en ligne sur 6 mois, pour sortir de la boucle des répétitions et se retrouver.



6 mois

de cheminement

2 visios

par mois, en individuel

3 appels

à votre demande

100 %

à distance

Brochure de présentation · thierrypierreliot.com

Sommaire

1	Pourquoi ce parcours	p. 3
2	Le fil conducteur : cinq étapes	p. 4
3	Le programme, mois par mois	p. 5
4	Votre accompagnement : visios et conversations téléphoniques	p. 6
5	Les outils : attitudes de séparation et d'union	p. 7
6	À qui s'adresse ce parcours	p. 8
7	Votre accompagnant	p. 8
8	Tarif, questions fréquentes, inscription	p. 9

« Être soi pour ne pas être celui qui est en face de soi. »

C'est la phrase que j'ai entendue une nuit, entre deux voyages, au moment où j'étais le moins prêt à l'entendre. Elle m'a lancé dans une quête de plusieurs années, avec ses détours, ses impasses et ses petites victoires silencieuses.

Ce travail n'est pas aussi simple qu'il y paraît : il nous apprend que notre quotidien est tissé d'attentes, de compromis et d'émotions qui nous enchaînent. Le sourire de façade quand on est épuisé, le « ça va très bien » lâché machinalement. Des liens si anciens qu'on finit par les prendre pour notre propre peau.

Cette brochure présente l'accompagnement que je propose autour de mon livre *Un Chemin Intérieur* : six mois, en individuel, pour appliquer ces enseignements à votre propre vie, avec quelqu'un à vos côtés.

Thierry Pierre Liot

Les mêmes scènes qui reviennent, *et si ce n'était pas un hasard ?*

Vous avez beau changer de décor, de travail ou de relation, quelque chose revient : un même type de conflit, la même fatigue, la même peur déguisée autrement.

Ce n'est pas un manque de volonté. Ce sont des **filtres inconscients** (conditionnements, croyances, réflexes de protection) à travers lesquels nous regardons notre vie, et qui la rejouent à notre insu. Comme l'objectif d'un appareil photo couvert de poussière : l'image est toujours là, mais elle nous parvient trouble.

01

Le mental du ping-pong

« Le mental propose, le mental dispose » : nous disons ce qui nous arrange, au moment où cela nous convient. Une petite balle qui rebondit d'un bord à l'autre, jamais maîtresse de sa trajectoire. Apprendre à le reconnaître est le premier pas pour en sortir.

02

Le mental originel

Sous le bruit des pensées, il existe un mental silencieux, source de ce que l'on sait sans savoir comment. Retrouver le contact avec lui, c'est revenir à soi : devenir l'**Observateur** de sa propre vie plutôt que son otage.

« Le mental intuitif est un don sacré et le mental rationnel est un serviteur fidèle. Nous avons créé une société qui honore le serviteur et a oublié le don. »

Albert Einstein, cité en ouverture d'*Un Chemin Intérieur*

Ce que vous allez vivre

◆ **Repérer vos schémas** : voir ce qui se répète, d'où cela vient, ce que cela protège.

◆ **Mieux vous connaître** : distinguer émotion et ressenti, ego et alter ego.

◆ **Observer plutôt que subir** : prendre du recul sur votre propre mental.

◆ **Désamorcer la peur** : reconnaître les attitudes de séparation, retrouver celles de l'union.

◆ **Agir depuis votre source** : décider depuis ce que vous êtes, non depuis vos peurs.

◆ **Un changement qui dure** : de l'intérieur vers l'extérieur.

Cinq étapes, *un seul fil : revenir à soi*

L'accompagnement suit le chemin de mon livre. Chaque étape s'appuie sur la précédente, comme on ne construit pas le premier étage avant d'avoir coulé les fondations.



Étape 1

À la recherche de son identité

Évolution, conditionnement, réalité subjective et objective.

Étape 2

Revenir au soi

L'Observateur ; la conscience comme sélection de la perception.

Étape 3

Les attitudes de séparation

La peur, l'attachement, le jugement... et leurs masques.

Étape 4

Les attitudes d'union

Émotions et ressenti, ego et alter ego, un chemin qui a du cœur.

Étape 5

La conscience des chakras

Les sept portes énergétiques, reliées à la physiologie du corps.

« *Loin de tout dogme, de toute secte et de tout psychotrope, des outils naturels pour guider chacun vers une paix profonde.* »

La démarche en quelques mots

Un travail d'observation, pas de croyance. Les enseignements du livre « ne prétendent pas être la vérité » : ils en expliquent une parmi d'autres. Ce sont des outils, un compagnon de route jusqu'au prochain croisement, applicables à la vie quotidienne, professionnelle et relationnelle.

Six mois, *mois par mois*

MOIS

1

Identité et conditionnements

Partie I du livre

Repérer les croyances et les conditionnements qui vous éloignent de vous-même, et votre résistance au changement.

Exercices : Repérer sa résistance au changement · Débusquer un conditionnement · Où cherchez-vous votre bonheur ?

MOIS

2

Revenir au soi

Partie II du livre

Devenir l'Observateur de votre propre vie. Comprendre comment la conscience sélectionne ce que vous percevez.

Exercices : Repérer son « mental du ping-pong » · Voir au-delà de ses propres filtres · Rencontrer la Conscience autour de soi

MOIS

3

Les attitudes de séparation

Partie III du livre

Reconnaître la peur sous ses différents masques du quotidien, et l'influence de vos pensées sur ce que vous vivez.

Exercices : Reconnaître ses propres attitudes de séparation · Nourrir ou laisser mourir de faim · Distinguer la peur apprise de l'instinct véritable

MOIS

4

Les attitudes d'union

Partie IV du livre

Retrouver des émotions justes, un ego apaisé et « le chemin qui a du cœur ». Faire la différence entre une pensée positive et une attitude d'union.

Exercices : Reconnaître une émotion d'un sentiment · Distinguer l'ego de l'alter ego

MOIS

5

La conscience des chakras

Partie V du livre

Comprendre l'énergie qui vous traverse, en lien avec le système endocrinien : sept portes, sept fenêtres de conscience.

Exercices : Voyage à travers les sept portes · Suivre sa propre lance d'énergie

MOIS

6

Intégration

Conclusion du livre

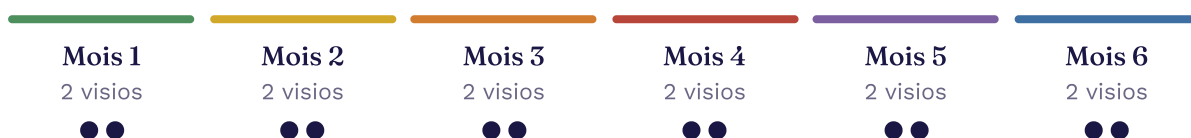
Choisir l'attitude d'union sur laquelle vous vous engagez, ancrer ces outils dans votre quotidien pour que le changement dure.

Exercices : Refermer ce livre pour mieux le rouvrir · Partir en expédition de chasseur de joie

Vous n'avancez pas seul·e : *2 visios par mois et 3 conversations téléphoniques*

Vous pratiquez chez vous, à votre rythme. Nous nous retrouvons en visioconférence, en individuel, et vous pouvez aussi m'appeler quand vous en ressentez le besoin.

— LES 6 MOIS EN UN COUP D'ŒIL



3 conversations téléphoniques sur les 6 mois, à la demande du participant. Vous choisissez le moment : au cœur d'une difficulté, après un exercice qui vous a bousculé·e, ou simplement pour faire le point entre deux visios.

Ce qui est inclus dans le forfait

- ◆ **2 rendez-vous visio individuels par mois**, soit 12 séances sur les 6 mois, pour faire le point, ajuster votre pratique et lever ce qui bloque.
- ◆ **3 conversations téléphoniques** sur la durée du parcours, à votre demande.
- ◆ **Les exercices du livre**, plus de nouveaux exercices inédits : de la pratique, pas seulement des concepts.
- ◆ **Un suivi individuel**, adapté à votre vie et à votre rythme, sans pression ni jugement.
- ◆ **Un espace confidentiel** pour vous recentrer, vous comprendre et vous retrouver.

Entre deux rendez-vous : votre carnet

Le livre vous invite, dès les premières pages, à tenir un carnet : y noter en quelques lignes ce que vous observez (un moment où votre énergie s'échappe, une coïncidence qui vous a surpris, une réaction automatique), sans chercher à vous juger. Ce carnet devient l'outil qui vous accompagne tout au long du parcours, et le point de départ de nos échanges en visio.

Sept attitudes de séparation, *sept attitudes d'union*

Au cœur du travail de la psychologie énergétique : reconnaître ce qui nous éloigne de nous-mêmes, puis retrouver, une à une, les attitudes qui nous y ramènent.

CE QUI NOUS SÉPARE

Les attitudes de séparation

- 1 L'attachement
- 2 La dépendance
- 3 Le jugement
- 4 La comparaison
- 5 La supposition
- 6 Le besoin de l'enfant blessé
- 7 La suffisance



LE CHEMIN QUI A DU CŒUR

Les attitudes d'union

- 1 Avoir conscience
- 2 S'apprécier
- 3 S'accepter
- 4 S'aimer
- 5 Avoir du pouvoir
- 6 Prendre des décisions
- 7 Être impeccable

Ces attitudes sont liées les unes aux autres, comme les sept couleurs d'un même arc-en-ciel : vivre l'une d'elles, c'est souvent ressentir les six autres. Et vivre dans les attitudes d'union n'est pas de la pensée positive : *la transformation se passe dans le cœur, grâce à l'amour de soi et des autres.*

UN EXEMPLE D'EXERCICE DU LIVRE

Être soi, un jour à la fois

1. Choisissez une journée ordinaire et fixez-vous trois moments : au réveil, en milieu de journée et le soir avant de dormir.
2. À chacun, arrêtez-vous trente secondes : suis-je en train d'être moi, ou de jouer le rôle de « celui qui est en face de moi » ?
3. Notez en une phrase, sans vous juger, ce que vous observez : un sourire de façade, une parole retenue, ou un moment de parfaite sincérité.
4. Le soir, relisez lentement, à voix haute : « Être soi pour ne pas être celui qui est en face de soi. »

Pendant l'accompagnement, ces exercices ne restent pas seuls sur le papier : nous en parlons en visio, vous les adaptez à votre vie, et nous ajustons ensemble la suite.

Est-ce fait *pour vous* ?

C'est fait pour vous si...

- ✓ Vous reproduisez toujours les mêmes schémas, les mêmes incompréhensions.
- ✓ Vous voulez mieux vous connaître, honnêtement, sans vous raconter d'histoires.
- ✓ Vous cherchez un cadre et un accompagnement personnalisé.
- ✓ Vous êtes prêt·e à pratiquer régulièrement, à votre rythme.
- ✓ Vous voulez changer de l'intérieur vers l'extérieur, le seul changement qui dure.

Ce n'est pas pour vous si...

- Vous attendez une solution miracle ou un résultat sans effort.
- Vous cherchez une doctrine, un dogme ou un groupe auquel adhérer.
- Vous souhaitez qu'on pense et qu'on décide à votre place.
- Vous traversez une urgence médicale ou psychologique : ce parcours ne remplace pas un suivi de santé.

— 7 · VOTRE ACCOMPAGNANT

Thierry Pierre Liot

Psychopraticien, hypnothérapeute, auteur et enseignant international.

30+

années d'expérience du rêve, des états de conscience et de l'accompagnement

1999

création de l'École du rêve de l'éveil intérieur, en Californie

2

livres publiés, dont *Un Chemin Intérieur*

J'ai passé plusieurs années aux côtés de Carlos Castaneda, dans la tradition chamanique toltèque. Cette expérience, je l'ai confrontée à la pratique de terrain : hypnothérapie, PNL, accompagnement individuel, thérapie brève.

Ma démarche tient en peu de mots : loin de tout dogme, de toute secte et de tout psychotrope, des outils naturels (le rêve, l'énergie, les états de conscience) pour guider chacun vers une paix profonde.

« *Éveillez votre essence, rêvez votre vérité.* »

« *Chaque stage rallume une étincelle qui me rapproche de moi-même. Merci pour ta manière respectueuse de guider sans jamais imposer.* »

Valérie

« *Trois ateliers suivis, trois étapes essentielles sur mon chemin. Une justesse et une richesse incroyables.* »

Ludo

« *La cérémonie a été transformative, m'apportant une légèreté nouvelle. Mon travail est plus clair, mes rêves plus beaux.* »

Lisa

Témoignages de participants à mes stages et ateliers.

Six mois *pour vous retrouver*

Un accompagnement individuel, donc un nombre de places volontairement limité.

1 499€

pour l'ensemble du parcours

- ✓ 6 mois d'accompagnement en ligne
- ✓ 2 rendez-vous visio par mois (12 séances)
- ✓ 3 conversations téléphoniques, à votre demande
- ✓ Les exercices du livre et des exercices inédits
- ✓ Un suivi individuel, un espace confidentiel

Comment se déroule l'accompagnement à distance ?

Vous pratiquez chez vous, à votre rythme. Nous nous retrouvons en visioconférence deux fois par mois, soit douze rendez-vous individuels sur les six mois, et vous pouvez demander jusqu'à trois conversations téléphoniques.

Dois-je avoir des connaissances préalables ?

Non. Le parcours part de votre vie quotidienne, pas d'un savoir préalable. Il demande surtout d'être honnête avec vous-même et de vouloir réellement évoluer.

Est-ce une thérapie ?

C'est un accompagnement de développement personnel. Il ne remplace ni un avis médical ni un suivi psychologique ou psychiatrique.

Pourquoi un accompagnement individuel plutôt qu'un groupe ?

Parce que les schémas qui se répètent sont propres à chacun. Un suivi personnel permet d'ajuster le travail à votre histoire et de garder le rythme qui vous convient.

Comment m'inscrire ?

Écrivez-moi via le formulaire de contact de mon site. Je vous réponds personnellement pour vous présenter le programme en détail et répondre à vos questions.

La boucle peut s'arrêter.

Le chemin commence quand vous le décidez.

[Je rejoins l'accompagnement](#)

www.thierrypierrelot.com · Accompagnement de développement personnel : il ne se substitue pas à un avis ou à un traitement médical ou psychologique.