

Comment transformer l'énergie lumineuse en énergie mentale.

Avec Le Mixage Phosphénique

... *Le chemin*

allant vers ...

... *La maîtrise de notre Mental*

et de notre Esprit ...

... *Par l'activation de notre*

hémisphère droit ...

Par la **Relaxation contrôlée** et les **Phosphènes**,
apprenons à :

- Acquérir **calme** et bien être
- Gérer le **stress**, les peurs, les émotions
- Développer notre **mémoire**, nos facultés d'apprentissage
- Contrôler notre **sommeil**, l'endormissement, l'éveil
- Rendre conscients nos **rêves**, les interpréter
- Améliorer notre **intuition** et notre lucidité
- **Créer** pensées et images positives
- Utiliser notre **magnétisme** vital
- Percevoir les couleurs de **l'aura**
- **Dynamiser** nos projets
- **Changer notre Vie**

" **Le Mixage Phosphénique en Pédagogie** "

" **Relaxation Contrôlée et Pensée Consciente** "

" **Phosphénologie (niveau 1)** "

Trois stages présentés et animés par:
Jean-Jacques PECH

- Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne
- Phosphénopédagogue formé par l'école de Dr LEFEBURE
- Certifié en Contrôle Mental "Silva Mind Control"
- Relaxologue, Magnétisme Energétique
- Conférencier
- Pratique les techniques de communication, de visualisation et de Pensée Consciente depuis de nombreuses années.



Jean-Jacques PECH Sté INTERLUX 34, Chemin Virebent
31200 TOULOUSE Tél 05 6247 2082 Port 06 6549 7280

Le Dr Francis LEFEBURE, ancien médecin du service de santé scolaire, a fait des découvertes très intéressantes en étudiant les phosphènes, en particulier l'action de la lumière sur l'activité cérébrale et les rythmes biologiques du cerveau. En poursuivant ses recherches, il a élaboré la méthode du «**MIXAGE PHOSPHENIQUE EN PEDAGOGIE**» qui lui a valu la médaille d'argent au Salon Mondial des Inventeurs à Bruxelles en 1975. Facile et agréable à utiliser, cette méthode est particulièrement efficace, parce que basée sur la physiologie cérébrale.

Les Phosphènes sont des sensations lumineuses multicolores obtenues après avoir fixé pendant 30 secondes une lampe de 75 W.

Le Mixage Phosphénique consiste à mélanger une pensée mentale, visuelle ou auditive avec le Phosphène. Il canalise l'attention vers la pensée choisie.

Par exemple, un enfant qui veut retenir une carte de géographie se la représentera durant la présence du phosphène. Celui-ci canalisant l'attention vers la pensée choisie, il se produit entre la pensée et le phosphène un dégagement d'énergie qui densifie la pensée (la carte de géographie), ce qui l'aide à se graver dans la mémoire.

L'application de la méthode est vraiment simple et agréable. L'enfant passe le même temps sur ses leçons que d'habitude, mais pour apprendre d'une façon qui restera mieux gravée dans sa mémoire, qui sera suivie d'un épanouissement cérébral persistant entre les séances.

OBJECTIFS:

Donner aux élèves les moyens de leur réussite scolaire et de leur autonomie

- **améliorer l'efficacité de son travail intellectuel**
- développer sa mémoire, sa concentration, son attention
- structurer ses acquis
- stimuler la synergie intuition, raisonnement, créativité.
- augmenter ses facultés cérébrales
- générer confiance en soi, calme, sérénité,
- augmenter son dynamisme et sa persévérance,
- équilibrer et structurer sa personnalité
- élargir son ouverture d'esprit

UNE METHODE PARTICULIEREMENT ADAPTEE A TOUTES LES FORMES D'ENSEIGNEMENT, DU PRIMAIRE A L'UNIVERSITE

LE STAGE n'est pas un exposé théorique de bonnes recettes. C'est avant tout un stage d'expérimentation des découvertes du Dr LEFEBURE et d'exercices d'applications pédagogiques. Les explications fournies et les exercices permettent au stagiaire d'intégrer la méthode d'une manière concrète.

Celle-ci est orientée principalement vers le plan intellectuel mais elle a aussi une action bénéfique sur le plan relationnel et la structuration de la personnalité.

A l'inverse des cours dans une matière particulière, le Mixage Phosphénique s'applique à l'ensemble des matières, permettant à l'élève de savoir

se prendre en charge et de devenir autonome tout en stimulant l'ensemble de ses facultés cérébrales.

Il existe une modalité d'application pour chaque matière scolaire : dissertation, géographie, mathématiques orthographe, par cœur, lecture... Le raisonnement est mieux structuré, l'appréciation s'améliore. Augmentation de l'idéation pour une rédaction ou une narration. Pour l'apprentissage d'une langue, les phosphènes facilitent la mémorisation des mots nouveaux, des constructions grammaticales, et permettent de prendre facilement l'accent.

L'enfant apprend plus vite. Il retient ses leçons et est plus attentif en classe. Les effets se font sentir dès la première séance.

Les adultes en tirent également de nombreux avantages : mémoire stimulée, confiance en soi augmentée, créativité développée; La résistance nerveuse est accrue, ce qui permet de faire face au stress et aux tensions;

Le Mixage est une technique qui réalise l'épanouissement de la personnalité en toute indépendance.

Les stages de Phosphéno-Pédagogie sont animés par Jean-Jacques Pech

Les dates des stages (**1 journée**) sont fixées en fonction des disponibilités des participants. Prochaines dates prévues: **Nous consulter**, de 9h à 12 h et de 14h à 17h. (**stages personnalisés familiaux, tarifs spéciaux, déplacement à votre domicile possible**)

La **participation est de 245 €** pour une inscription. Réduction de 50% pour la deuxième et les suivantes d'une même famille. Constituez votre groupe: 5 à 10 stagiaires + adultes accompagnants: **990 €**

La participation d'un adulte est obligatoire pour un enfant de moins de 12 ans, (gratuitement), et vivement conseillée pour des adolescents entre 12 et 16 ans.

Le Mixage Phosphénique en Pédagogie peut donner de très bons résultats chez tous les jeunes ayant des difficultés scolaires: apprentissage, compréhension, mémorisation. Il agit également sur l'anxiété, les peurs, le stress et le sommeil. Le Mixage Phosphénique renforcera l'assurance et la maîtrise de soi, et donc agira très positivement sur la timidité. **GARANTIE FORMELLE:** si seulement 3 mois après la fin du stage de Pédagogie avec une pratique régulière de la méthode, vous pensez que les résultats sont insuffisants, nous vous remboursons le coût du stage.

Renseignements et inscriptions

JJ Pech Sté InterLux

34, Chemin Virebent 31200 TOULOUSE

tél. 05 6247 2082

Mail : interlux@bbox.fr

" Relaxation Contrôlée et Pensée Consciente "

10 à 15 % d'entre nous seulement utilisent les deux hémisphères cérébraux de façon équilibrée. La plupart donne la prédominance à l'hémisphère gauche : logique, rationnel ...

Ils ignorent les prodigieuses ressources de l'**hémisphère droit : créativité, intuition, spiritualité, émotions**

La pratique de la **Lumino-Energétique** ⁽¹⁾ va nous permettre d'activer l'hémisphère droit. Les liaisons inter-hémisphériques sont accrues et enrichies. L'ensemble de notre cerveau travaille ainsi de façon harmonieuse et équilibrée.

⁽¹⁾ La Lumino-Energétique **utilise la technique des phosphènes.** Les phosphènes sont des sensations lumineuses obtenues en fixant pendant trente secondes une lampe opaline de 75 watts. Ils se présentent sous la forme d'une tache de couleurs changeantes, persistant durant trois minutes.

Par la puissance créatrice des phosphènes nous apprendrons à maîtriser notre mental et notre esprit, à passer de la peur à la confiance, à nous guérir de nos croyances négatives et limitantes. Nous les remplacerons à l'aide de la **visualisation créatrice consciente** par des pensées en harmonie avec notre corps et notre esprit, **en harmonie avec notre Vie.**

Programme du stage " Relaxation Contrôlée et Pensée Consciente "

ou comment transformer l'énergie lumineuse en énergie mentale.

- Présentation de la méthode: Energie Lumineuse, **alternance et rythmes cérébraux.**
- Acquérir calme et bien être, gérer le stress et les émotions par la **relaxation contrôlée.**
- Comment transformer l'énergie lumineuse en énergie mentale, pour le **développement de la mémoire, de l'intelligence, de l'intuition et de la créativité.**
- **Visualisation et Pensée Consciente.** Contrôle mental et phosphènes: ***nous sommes ce que nous pensons être.*** Apprenons à nous déconnecter de nos comportements négatifs, à créer nos images positives qui vont ***changer notre vie.***
- La **maîtrise du sommeil**, contrôle de l'endormissement et du réveil.
- Rendre conscients nos **rêves**, savoir les contrôler et les interpréter.
- Utiliser notre **magnétisme** énergétique fondamental.
- Perception de **l'aura.**
- La **main anesthésique**, ou comment contrôler ou éliminer les douleurs.
- Retrouver **l'harmonie intérieure**, la vitalité...
- Développer nos **défenses immunitaires...**
- Dynamiser nos **projets...**

Tous ces stages n'ont qu'un seul but: L'épanouissement de notre personnalité en toute indépendance, c'est à dire apprendre à découvrir et utiliser nos capacités pour devenir et être ce que nous sommes réellement au fond de nous même.

Le Stage " Relaxation Contrôlée et Pensée Consciente" a lieu généralement à Toulouse Il peut-être organisé sur votre demande en tout autre lieu, pour un groupe de 5 à 15 personnes. (Soirées, Week-end).

LE MATERIEL NECESSAIRE POUR LES DIFFERENTS STAGES :

Une ampoule lumière du jour basse consommation (globe)

- de 20/80watts, Réf. G20-E27. 25.00 €
- ou 28/110 watts, Réf. G28-E27. 28.00 €

Un réflecteur type lampe d'architecte, Réf. ARC20, 59,00 € (livrée avec globe G20-E27)

Un bandeau oculaire (facultatif).

Une prise à télécommande évitera les déplacements pour éteindre et allumer la lampe.

Coût du stage (13 heures, 2 jours WE 9h12h, 13.30h17h) personne seule: 275 €, couple: 375 €
 Constituez votre groupe: 5 à 15 stagiaires: **1500 € le Week-End**

Renseignements et inscriptions

JJ Pech Sté InterLux 34, Chemin Virebent 31200 TOULOUSE tél. 05 6247 2082

Mail : interlux@bbox.fr

LA METHODE

La **Phosphénologie**, résultat des travaux du Dr LEFEBURE, repose sur l'utilisation des phosphènes et de la pensée rythmée, couplée à de légers balancements de la tête ou à la respiration.

Basée sur la lumière et la physiologie, la **Phosphénologie** permet de développer efficacement le potentiel de chacun dans ses différentes dimensions et **de transformer sa vie, en toute indépendance.**

PERSONNES CONCERNEES

Ce stage est destiné à toutes les personnes, quel que soit leur âge, désireuses d'améliorer leurs potentialités et leur bien être, que ce soit dans le cadre de leur vie privée ou de leur vie professionnelle

OBJECTIFS:

Donner à chacun les moyens de son épanouissement, en toute indépendance.

Le travail intellectuel est amélioré par le développement de l'efficacité de la mémoire, de l'attention et de la concentration. Une nouvelle ouverture d'esprit permet de générer intuition et créativité, confiance en soi, calme, sérénité,

PROGRAMME

1°) Les Bases physiologiques des découvertes du Dr LEFEBURE:

La lumière et les phosphènes, détecter et utiliser les rythmes du cerveau, synchroniser les échanges inter hémisphériques. Améliorer le sommeil

2°) Les balancements :

Pratiqués depuis la nuit des temps pour provoquer l'éveil de la conscience, ils nous permettent de

développer la puissance de nos pensées et de les rendre conscientes.

□ Balancement latéral

Intuition, renforcement de la personnalité, force tranquille, **télépathie**

□ Balancement vertical

Éveil dans le sommeil - La maîtrise du sommeil, contrôle de l'endormissement et du réveil. Rendre conscients nos rêves, savoir les contrôler et les interpréter **Rêve dirigé, Extension de la conscience.**

□ Balancement antéro-postérieur

Visions prophétiques, **Transformation de la rêverie en actions concrètes.**

Dynamiser nos projets.

□ Balancement en 8 ou universel

Acquérir une grande **force de caractère**, ainsi qu'une certaine **clairvoyance** sur le chemin de Vie. Meilleur **ancrage et centrage** dans la Vie.

□ Balancement en hémicircumduction ou en fer à cheval

Rêve initiatique, contact avec nos guides spirituels.

□ Rotations plan horizontal ou vertical

Force magnétique, éveil des chakras.

3°) Les centres et les champs d'énergie :

Travail sur la perception de l'aura, travail sur les champs d'énergie, se ressourcer sur les énergies cosmiques et telluriques. Développer la lumière intérieure, travailler la qualité et le contenu des rêves. Elargir son champ de conscience. Projeter de la lumière dans son corps, son aura, sa vie, ses projets

Transmettre de l'énergie. développer du magnétisme

Quelques thèmes abordés ...

Stimulation intellectuelle :

Développer concentration, mémorisation, attention, mémoriser à l'aide des phosphènes, développer l'abondance des idées. Augmenter l'intuition et la créativité

Gestion des relations du stress et des émotions :

Résoudre les conflits, utiliser nos capacités énergétiques, améliorer le contact avec autrui. canaliser l'énergie des émotions

Les centres et les champs d'énergie :

Travail sur la perception de l'aura, travail sur les champs d'énergie, se ressourcer sur les énergies cosmiques et telluriques. Développer la lumière intérieure, travailler la qualité et le contenu des rêves. Elargir son champ de conscience

Développement des potentialités :

La programmation cérébrale et la visualisation créatrice. stimuler dynamisme, esprit d'initiative et persévérance. Concrétiser des projets. projeter de la lumière dans son corps, son aura, sa vie, ses projets. Transmettre de l'énergie. développer du magnétisme

Coût du stage: (14 heures, 2 jours WE 9h12.30h, 13.30h17h) **personne seule: 275 €, couple: 375 €**
Constituez votre groupe: 5 à 20 stagiaires: 1500 € le Week-End

Renseignements et inscriptions

JJ Pech Sté InterLux 34, Chemin Virebent 31200 TOULOUSE tél. 05 6247 2082

Mail : interlux@bbox.fr