



# LES CYCLES SUPÉRIEURS DE LA MÉTHODE CAYCEDO

## PROGRAMME

**CONFÉRENCE INFORMATIVE** par le Dr Natalia Caycedo  
sur la formation supérieure

Mercredi 5 juin à 19h en direct depuis l'AOL



Sofrocay®  
Académie Internationale  
de Sophrologie Caycédienn  
être & mieux

### LA RELAXATION DYNAMIQUE DE CAYCEDO

- Degré 5 en présentiel ou en ligne - **Vendredi 14 juin à 18h30 , samedi 15 juin et dimanche 16 juin 2024 - 11h30**

#### **La conscience phronique radicale**

La recherche phénoménologique du cinquième degré est consacrée à la vivance et à la contemplation de la conscience phronique radicale comme énergie intégrative de l'être. Des techniques sophrologiques faisant appel à la voix et aux résonnances sonores permettent d'activer la vivance de l'énergie au niveau corporel. Leur objectif est de pouvoir percevoir la présence de la conscience cellulaire dans les différents systèmes Isocay.

- Degré 6 - **Vendredi 27 septembre à 18h30 et samedi 28 septembre 2024**

#### **L'âme phronique radicale**

La recherche du sixième degré est consacrée à la vivance de l'âme phronique radicale, essence de l'être unique et exclusif, à travers ses capacités d'amour, d'intuition, de contemplation et d'écoute de la voix intérieure.

La vivance de ces capacités permet de se découvrir comme un être capable de contempler l'essence de la vie, de suivre son intuition et d'écouter avec confiance sa voix intérieure.

Du point de vue méthodologique et en contrepoint du cinquième degré, c'est la force du silence qui permet durant le sixième degré la contemplation de l'âme au travers de ses capacités.

- Degré 7 - **Vendredi 29 novembre à 18h30 et samedi 30 novembre 2024**

#### **Le corps phronique radical**

Le septième degré est consacré à la vivance du corps phronique radical et propose de découvrir les origines de la conscience et de la force de la vie qui donne une direction à l'énergie sous la forme d'activité physique et mentale.

Du point de vue méthodologique, sa pratique permet de prendre conscience, de découvrir et de vivre, à travers la conscience cellulaire, l'histoire génétique de l'évolution de l'être humain depuis l'apparition de la vie sur la terre, la phylogénèse.

- Degré 8 - **Vendredi 24 janvier à 18h30 et samedi 25 janvier 2025**

#### **L'esprit phronique radical**

Le huitième degré a pour objectif la découverte vivantielle de la conscience individuelle depuis la conception et tout au long des premières années de la vie qui sont le socle de l'harmonie de la conscience, l'ontogénèse. Sa pratique permet de découvrir l'énergie et la force de l'esprit phronique radical, support de l'existence, et de développer la prise de conscience de la capacité de résilience.

Avec le huitième degré vous achevez de poser les bases radicales du développement de la conscience phronique existentielle vous préparant ainsi aux enseignements du Cycle Existentiel.

Les RDC sont dirigées par le Dr Natalia Caycedo



## LES RACINES DE LA CONSCIENCE

### L'ACCOMPAGNEMENT

#### 1. Le tutorat

Votre tuteur vous accompagnera tout au long de votre formation. Le tutorat est une véritable expérience pédagogique, basée sur les principes de la recherche phénoménologique existentielle de l'être selon la Sophrologie Caycédienne :

Des entraînements et un accompagnement personnalisé aux phénodescriptions et à la sophro analyse vivantielle

Une maîtrise de la guidance des techniques

L'intégration de l'accompagnement professionnel

L'intégration des objectifs existentiels : prendre conscience de l'influence de nos vivances radicales dans notre vie quotidienne

**Fréquence** : Une fois par mois minimum, en soirée (dates à définir avec votre tuteur)

**2. L'accompagnement vers la profession** articulé sur différents axes avec une équipe de formateurs sous la direction de Natalia Caycedo.

- L'accompagnement sophrologique
- La phénoménologie existentielle du Cycle Radical
- La Méthode Caycedo : l'enseigner et l'adapter
- La communication, la dynamique de groupe...

**Fréquence** : Un mercredi par mois - voir le calendrier

**3. L'entraînement collectif** selon le degré et techniques étudiés en cours.

- S'entraîner avec une équipe de formateurs
- Connaître et vivre la dynamique de la groupéité du Cycle Radical

**Fréquence** : Deux mardis par mois

**Depuis un AOL sécurisé, votre espace de travail clair et pratique qui préserve au mieux la dynamique des échanges.**



## VERS LA CONSCIENCE SOPHRONIQUE

### LA RELAXATION DYNAMIQUE DE CAYCEDO

- Degré 9 - **Vendredi 21 mars à 18h30 et samedi 22 mars 2025**

#### **La vivance de la liberté**

Le neuvième degré a pour objectif la découverte de la valeur de « liberté phronique existentielle ». Elle constitue la première essence de l'existence sophronique et est considérée par le Pr A. Caycedo comme la plus grande des valeurs de l'être.

La méthodologie phénoménologique permet de découvrir comment la capacité de libre-choix est à la base de l'existence et du sentiment profond « d'être libre ».

- Degré 10 - **Vendredi 23 mai à 18h30 et samedi 24 mai 2025**

#### **La vivance de la tridimensionnalité**

Avec le dixième degré de la RDC, la pratique phénoménologique et existentielle nous permet de contempler le monde extérieur et ses éléments non humains en prenant conscience de ses valeurs passées, présentes et futures. On apprend ainsi à créer un espace conscient entre soi-même et les choses qui nous entourent : la région sophronique.

- Degré 11 - **Vendredi 12 septembre à 18h30 et samedi 13 septembre 2025**

#### **La vivance de la responsabilité et de la tridimensionnalité des êtres**

Selon le Pr A. Caycedo la responsabilité est l'exercice suprême de la liberté. Être responsable, étymologiquement, c'est répondre de ses actes que ce soit vis-à-vis de soi-même ou vis-à-vis des autres. C'est cette responsabilité que le onzième degré permet de découvrir dans la Région phronique interne déjà conquise mais également dans l'espace externe qui relie les êtres entre eux : la Région sophronique. La pratique de la RDC 11 amène également à aborder la tridimensionnalité des êtres, prise de conscience de la relation contemplative avec les personnes et leurs valeurs dans leurs dimensions passée, présente et future.

- Degré 12 - **Vendredi 14 novembre à 18h30, samedi 15 novembre et au dimanche 16 novembre 2025 - 11h30 - En présentiel ou en ligne**

#### **La vivance de la dignité**

La dignité est le sentiment que chacun a de sa propre valeur. Ce sentiment, inné à l'humain quel que soit son origine, sa nationalité, son sexe ou son âge, peut être mis à mal par un environnement familial, social ou professionnel agressif et engendrer des sentiments d'insécurité, de tristesse, de dévalorisation qui peuvent aller jusqu'à la perte de sens de la vie. La pratique de la RDC 12 aide à renforcer le sentiment de dignité ou à le conquérir grâce aux valeurs acquises de liberté et de responsabilité.

Du point de vue méthodologique, la vivance des techniques de transportation de la journée Isocay circadienne permet de programmer la vie quotidienne en l'enrichissant de la présence des valeurs dont la conquête continue tout au long de l'existence.

Les RDC sont dirigées par le Dr Natalia Caycedo.

## L'ACCOMPAGNEMENT

### 1. Le tutorat

Des entraînements et un accompagnement personnalisé aux phénodescriptions et à l'analyse vivantielle

Une maîtrise de la guidance des techniques

L'intégration de l'accompagnement professionnel

L'intégration des objectifs existentiels : prendre conscience de l'influence de nos vivances radicales dans notre vie quotidienne

**Fréquence** : Une fois par mois minimum, en soirée (dates à définir avec votre tuteur)

**2. L'accompagnement vers la profession** articulé sur différents axes avec une équipe de formateurs sous la direction de Natalia Caycedo.

L'accompagnement sophrologique

La phénoménologie existentielle du Cycle Existentiel

La Méthode Caycedo : guidance des trois cycles

La communication, la dynamique de groupe...

L'accompagnement à l'installation

**Fréquence** : Un mercredi par mois minimum, en soirée (voir calendrier)

**3. Un entraînement collectif** selon le degré et techniques abordés en cours.

S'entraîner avec une équipe de formateurs

Vivre et s'enrichir avec la groupéité du Cycle Existentiel

**Fréquence** : Deux mardis par mois

Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne (MSSC)

Le MSSC est validé par :

Les phénodescriptions de la pratique vivantielle régulière

L'évaluation théorico-pratique

Le travail de recherche

