

# PLEINE CONSCIENCE INTÉGRATIVE



à IZARIAT,  
dans le Jura français

du dimanche 24 juillet  
à 18h au vendredi  
29 juillet 2022 à 17h

**La Pleine Conscience**

**Intégrative :**

**des pratiques variées,**

**méditations assise et**

**marchée, yoga du**

**Cachemire, Qi Gong,**

**dialogue conscient et**

**aussi une approche**

**de l'éco-spiritualité**

- **Travailler avec les forces de la Nature** qui offrent des portes pour vivre une élévation et devenir un avec un champ de conscience élargi.
  - **Développer une intimité avec les 5 éléments qui offrent une méditation sans fin, un chemin pratique et alchimique :**
    - La Terre, Intelligence corporelle :** ancrage, stabilité de l'attention
    - Le Feu, Intelligence de l'Intention :** courage et dynamisme dans la pratique
    - L'Air, Intelligence cognitive :** aspects supérieurs du mental : discernement, intuition
    - L'Eau, Intelligence Relationnelle :** réceptivité, douceur, transformation, Graaltransformation, Graal
    - L'Éther Intelligence du Champ :** non-dualité, inter-être
  - **Intégrer le féminin et le masculin en une synthèse harmonieuse :**  
attention focalisée et attention ouverte, mental et sensibilité, force et douceur, persévérance et grâce, action juste et conscience, sagesse et bienveillance...
  - **Se libérer des pièges, des stéréotypes du « prêt-à-méditer »**  
pour rendre notre pratique méditative singulière, créative, renouvelée par les inspirations d'une guidance intérieure.
- Nous apprendrons à reconnaître et coopérer avec une énergie intelligente qui guide notre pratique, la rend singulière et pérenne.*



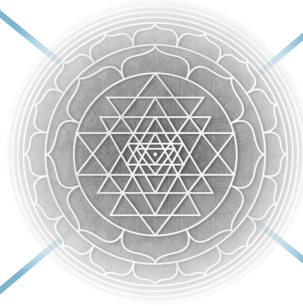
### MEDITATION

Accéder à un espace intérieur, où les corps mental, émotionnel, énergétique et physique sont accordés au Soi.



### QI GONG et SOINS ENERGETIQUES :

Edifier le corps éthérique, cheval de foudre de la vie intérieure. Le Qi Gong devient une méditation en mouvement, un déploiement naturel des souffles internes dans le silence.



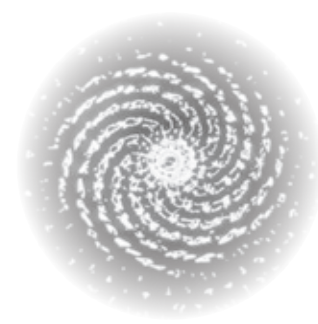
Apporter notre contribution modeste et géniale au développement d'une éco-spiritualité,

à une spiritualité où le lieu de la sagesse et de l'amour réside dans le Cœur de tout être.



### YOGA DU SHIVAIISME DU CACHEMIRE

Découvrir l'interdépendance de la Conscience et de l'Energie. La pratique méditative des asanas dans la lenteur permet au corps de révéler sa véritable nature : vivante, vibrante.



### DIALOGUE CONSCIENT

Des temps d'écriture favoriseront l'autonomie dans la pratique. Parler à partir de son vécu, écouter celui de l'autre. Pratiquer l'attention qui nourrit et construit la relation. Ainsi favoriser l'émergence de l'Etre-ensemble, de l'Intelligence collective.



### Marc Scialom.

Il enseigne la Méditation de Pleine Conscience,

le Qi Gong, le Yoga du Cachemire depuis 1985.

Il s'est formé avec Jean Klein, Jack Kornfield,

Jean Gortais/K.F. Dürckheim et Nisargadatta.

Psychothérapeute, Enseignant PNL et Hypnose,

il propose des formations à Synergie PNL.

### ASPECTS PRATIQUES

Lieu : Izariat est un centre de ressourcement humain, social et environnemental situé à 850 m d'altitude, dans le Jura français, à 20 min de Bellegarde, Ain.

Plus d'infos sur le centre : [www.izariat.fr](http://www.izariat.fr)

Le coût pour l'hébergement en pension complète :

378 € chambre double

338 € chambre de 3 à 4 personnes 275 €

278 € en tente personnelle

443€ chambre individuelle s'il reste de la place

Transport en train : Arrivée à Bellegarde-sur-Valserine.

Un transport en navette par l'équipe d'Izariat peut être organisé depuis la gare de Bellegarde avec une participation aux frais.

Dates, horaires :

du dimanche 24 juillet 18h au vendredi 29 juillet 2022 17h

Prix stage : 400 €.

Inscriptions et Informations :

[pleineconscienceintegrative.com](http://pleineconscienceintegrative.com) 06 07 96 19 08

[contact@pleineconscienceintegrative.com](mailto:contact@pleineconscienceintegrative.com)



**PLEINE CONSCIENCE INTEGRATIVE** SynergiePNL  
430, route de la Rappe  
F 74380 LUCINGES  
Tél : 06 07 96 19 08



# PLEINE CONSCIENCE INTÉGRATIVE



à CHARMES-SUR-  
L'HERBASSE,  
dans la Drôme

du mardi 9 août à 11h  
au samedi 13 août à 16h30

**La Pleine Conscience**

**Intégrative :**

**des pratiques variées,**

**méditations assise et**

**marchée, yoga du**

**Cachemire, Qi Gong,**

**dialogue conscient et**

**aussi une approche**

**de l'éco-spiritualité**

- **Travailler avec les forces de la Nature** qui offrent des portes pour vivre une élévation et devenir un avec un champ de conscience élargi.
  - **Développer une intimité avec les 5 éléments qui offrent une méditation sans fin, un chemin pratique et alchimique :**
    - La Terre, Intelligence corporelle :** ancrage, stabilité de l'attention
    - Le Feu, Intelligence de l'Intention :** courage et dynamisme dans la pratique
    - L'Air, Intelligence cognitive :** aspects supérieurs du mental : discernement, intuition
    - L'Eau, Intelligence Relationnelle :** réceptivité, douceur, transformation, Graaltransformation, Graal
    - L'Éther Intelligence du Champ :** non-dualité, inter-être
  - **Intégrer le féminin et le masculin en une synthèse harmonieuse :** attention focalisée et attention ouverte, mental et sensibilité, force et douceur, persévérance et grâce, action juste et conscience, sagesse et bienveillance...
  - **Se libérer des pièges, des stéréotypes du « prêt-à-méditer »** pour rendre notre pratique méditative singulière, créative, renouvelée par les inspirations d'une guidance intérieure.
- Nous apprendrons à reconnaître et coopérer avec une énergie intelligente qui guide notre pratique, la rend singulière et pérenne.*



### MEDITATION

Accéder à un espace intérieur, où les corps mental, émotionnel, énergétique et physique sont accordés au Soi.



### YOGA DU SHIVAIISME DU CACHEMIRE

Découvrir l'interdépendance de la Conscience et de l'Energie. La pratique méditative des asanas dans la lenteur permet au corps de révéler sa véritable nature : vivante, vibrante.

Apporter notre contribution modeste et géniale au développement d'une éco-spiritualité,

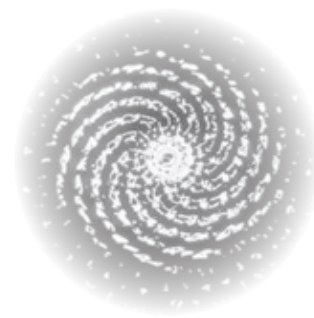


à une spiritualité où le lieu de la sagesse et de l'amour réside dans le Cœur de tout être.



### QI GONG et SOINS ENERGETIQUES :

Edifier le corps éthérique, cheval de foudre de la vie intérieure. Le Qi Gong devient une méditation en mouvement, un déploiement naturel des souffles internes dans le silence.



### DIALOGUE CONSCIENT

Des temps d'écriture favoriseront l'autonomie dans la pratique. Parler à partir de son vécu, écouter celui de l'autre. Pratiquer l'attention qui nourrit et construit la relation. Ainsi favoriser l'émergence de l'Etre-ensemble, de l'Intelligence collective.



### Marc Scialom.

Il enseigne la Méditation de Pleine Conscience, le Qi Gong, le Yoga du Cachemire depuis 1985.

Il s'est formé avec Jean Klein, Jack Kornfield, Jean Gortais/K.F. Dürckheim et Nisargadatta. Psychothérapeute, Enseignant PNL et Hypnose, il propose des formations à Synergie PNL.

### ASPECTS PRATIQUES

Lieu : L'Hospitalière accueille les groupes de stagiaires en recherche de développement personnel et de ressourcement physique et psychique.

Plus d'infos sur le centre : [www.emmeformations.com](http://www.emmeformations.com)

Le coût pour l'hébergement en pension complète :  
310 € chambre de deux  
350 € chambre individuelle s'il reste de la place

Transport en train : Arrivée à Romans à 20 minutes de Charmes-sur-l'Herbasse.

Un transport en navette par l'équipe de l'Hospitalière peut être organisé depuis la gare de Romans avec une participation aux frais.

Dates, horaires :  
du mardi 9 août à 11h au samedi 13 août 2022 à 17h

Prix stage : 400 €.

Inscriptions et Informations :  
[pleineconscienceintegrative.com](http://pleineconscienceintegrative.com) 06 07 96 19 08  
[contact@pleineconscienceintegrative.com](mailto:contact@pleineconscienceintegrative.com)



PLEINE SynergiePNL  
CONSCIENCE 430, route de la Rappe  
INTÉGRATIVE F 74380 LUCINGES  
Tél : 06 07 96 19 08