

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

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 06 07 96 19 08
contact@pleineconscienceintegrative.com



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