

# PLEINE CONSCIENCE INTÉGRATIVE



Huit ateliers  
hebdomadaires les jeudis  
par zoom

du 5 septembre au 24 octobre 2024  
avec Marc Scialom



La Pleine Conscience  
Intégrative :  
des pratiques variées,  
méditations assise  
et marchée, 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

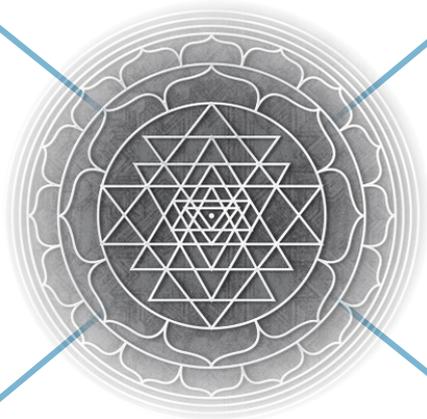
Accéder à un espace intérieur, où les corps mental, émotionnel, énergétique et physique sont accordés au Soi.

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

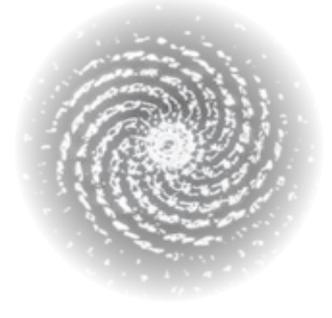


### DIALOGUE CONSCIENT

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.



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



### 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 : par zoom, le lien vous sera donné après votre inscription.

Dates, horaires :

les jeudis 5/09, 12/09, 19/09, 26/09, 3/10, 10/10, 17/10/24,  
24/10/24 de 18h55 à 20h

Programme de l'atelier :

- 18h55 à 19h : une écoute musicale,
- 19h à 19h10 : un enseignement,
- 19h10 à 19h40 : la méditation guidée,
- 19h40 à 20h : partage, enseignement, questions-réponses.

Participation : 120 € pour les 8 ateliers.

Inscriptions et Informations :

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

Virement : Synergie PNL —>

Crédit Agricole IBAN FR76 1810 6000 3939 0366 7705 047

Code BIC (Bank identification code) - code SWIFT AGRIFRPP881



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