

PLEINE CONSCIENCE INTÉGRATIVE



Huit ateliers
hebdomadaires les jeudis
par zoom

du 1^{er} octobre au 19 novembre 2026
avec Marc Scialom



La Pleine Conscience

Intégrative :

des pratiques variées,

méditations assise

et marchée, dialogue

conscient et aussi

une approche

de l'éco-spiritualité

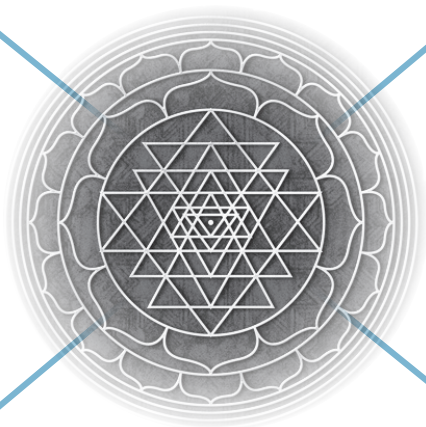
- **Travailler avec les forces de la Nature** qui offrent des portes pour vivre une élévation et devenir un avec un champ de conscience élargi.
 - **Développer une intimité avec les 5 éléments qui offrent une méditation sans fin, un chemin pratique et alchimique :**
 - La Terre, Intelligence corporelle :** 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,

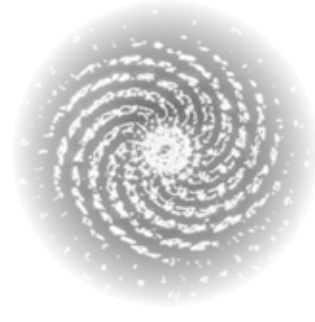


DIALOGUE CONSCIENT

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.



**PLEINE
CONSCIENCE
INTÉGRATIVE**

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

ASPECTS PRATIQUES

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

Dates, horaires :

les jeudis 1^{er}, 8, 15, 22, 29 octobre, 5, 12, 19 novembre 2026 de
18h50 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

Virement : Synergie PNL —>

Crédit Agricole IBAN FR76 1810 6000 3939 0366 7705 047

Code BIC (Bank identification code) - code SWIFT AGRIFRPP881