



Conférence

Jeudi 17 octobre 2019 à 20h15
Salle du stade
Impasse du stade à Creney (10)

MEDITATION DE PLEINE ATTENTION

La voie du zen pour l'homme occidental
Anne Vincent, Enseignante en Méditation et Eutoniste



Le calme, la sérénité, la confiance, sont des manifestations de «cette part trop souvent ignorée de nous-même, notre propre essence », (K.G. Dürckheim), de «notre vraie nature» disent les Bouddhistes.

La méditation est une action (s'asseoir en silence, attentif à ce qui se présente) qui nous dirige vers ce lieu, toujours présent en nous même, mais que nous quittons pour courir en pensées vers un passé qui n'est plus ou un futur qui n'est pas encore, manquant par là même le vrai goût de la vie.

Les philosophes Grecs nommaient cela l'Ataraxie (l'absence de trouble, la paix intérieure). Ces expériences ne peuvent s'éprouver que dans l'ici et maintenant.

Entrée 5 € pour les non adhérents
Gratuite pour les membres de l'association

santeressources@gmail.com

06 77 56 85 14

site : santeressources.org