

Chemins d'intériorité par l'Assise silencieuse

Deux groupes à Saint-Étienne

Les lundis
de 14h30 à 17h30 et
de 18h30 à 22h00

à la Maison Paroissiale du Soleil

2 rue des adieux
42000 SAINT ETIENNE

Bus ligne 10; tramway ligne 3. Arrêt le soleil

Un groupe à Saint-Chamond

Les jeudis
de 18h30 à 22h00

Maison Sainte-Thérèse
3, rue de la Fenderie

Programme

Les lundis après-midi à Saint-Étienne

14 h 30 : Exercices corporels
15 h 30 : 1ère assise (25mn)
15 h 55 : Marche méditative
16 h 00 : 2ème assise (25mn)

16 h 30 : activité jusqu'à 17h30 à trouver sur le calendrier

Les lundis soir à Saint-Étienne et jeudi soir à Saint Chamond

18 h 30 : Exercices corporels
19 h 30 : 1ère assise (25mn)
19 h 55 : Marche méditative
20 h 00 : 2ème assise (25mn)

20 h 30 : activité jusqu'à 22h à trouver sur le calendrier

Précisions

Toute personne intéressée par cette proposition est la bienvenue. Les activités des deux groupes peuvent être interrompues pour diverses raisons (vacances, fêtes religieuses, mois de juillet et août etc.). Si vous ne venez pas régulièrement, il est prudent de vous renseigner par téléphone avant

de vous rendre sur l'un des deux lieux.

Si des personnes de votre connaissance souhaitent se joindre à l'un des groupes pour découvrir nos propositions, il est préférable d'avertir de leur venue et de leur conseiller d'être présentes avant 14h30 ou avant 18h30 .

Ces propositions sont animées par des chrétiens.

Son but est la pratique de l'assise silencieuse.

L'assise silencieuse et immobile favorise le lâcher-prise de tout ce qui nous encombre. Elle nous aide à nous rapprocher de notre vérité profonde. Elle peut être aussi une voie vers la contemplation. Nous proposons à toute personne intéressée, dans le profond respect de chacun, quelle que soient sa lignée spirituelle ou son appartenance religieuse, la possibilité de pratiquer cette assise.

Vous pouvez lire avec profit:

1- « Petit traité de la prière silencieuse de Jean-Marie GUEULLETTE chez Albin Michel

2- « Pratique de la méditation » de Fabrice MIDAL en livre de poche.

Nous proposons des exercices corporels qui aident à habiter son corps et à vivre l'instant présent. Un enseignement et un partage d'expérience permettent à chaque participant de mieux enraciner sa pratique sur le chemin d'intériorité.



Reprise des activités à Saint-Étienne

Lundi 12 septembre

à Saint-Chamond

Jeudi 15 septembre
2022

Le temps d'assise peut être poursuivi par un repas fraternel pour ceux qui le souhaitent (amenez de quoi manger pour le partager avec les autres) ou par différents ateliers. Ces horaires sont toujours les mêmes.

Vous trouverez le détail des propositions faites à partir de 20 h 30 sur le calendrier donné en début d'année scolaire ou sur le site: coramesprit.fr

Libre participation financière pour l'animation et les frais divers .

Chacun est libre de choisir la ou les activités auxquelles il souhaite participer.

La salle de méditation sera fermée pendant les temps d'assises.

Renseignements

Françoise DESCOS

Secrétariat du Père Jean-Luc SOUVETON

association@coramesprit.org 06 49 33 75 00