

Atelier méditation jeudi en soirée à Saint-Chamond

Rappels sur l'organisation de l'atelier :

18h30 – 19h25	Exercices corporels (porte ouverte - entrée possible à tout moment)
19h30 – 19h55	1 ^{re} assise (entrée possible tant que la porte est ouverte)
19h55 – 20h	Sas entrée / sortie (porte ouverte) ; marche lente en conscience
20h – 20h25	2 ^e assise (entrée possible tant que la porte est ouverte)
20h30 – 22h	Proposition en soirée : Eucharistie, ou Lecture et Partages, ou Repas Fraternel

Repas fraternel : on met sur la table ce que les uns et les autres ont apporté (sucré ou salé), et on partage nourriture et discussions libres. Fin avant 22h.

Eucharistie : directement après la 2^e méditation, fin vers 21h15

Lecture et Partages : chacun amène son repas, que l'on mange avant la lecture. Les pages à lire pour chaque soirée sont indiquées dans le calendrier. Un partage oral peut ensuite se dérouler sur les ressentis de chacun (chaque personne s'exprime en « je »), aucun jugement n'est porté sur ce qu'une personne énonce, simplement l'accueil et le respect de la parole d'autrui, le partage n'est pas un débat d'opinions. Fin à 22h.

Rappel du **code** de la porte d'entrée de la Maison Ste Thérèse : **54919 A**

Lectures de cette année :

« Pratique de la méditation » Fabrice Midal ; Le livre de poche ; Librairie Générale Française, 2015

Janvier :

Jeudi 11 Janvier : Lecture (pages 67-76)
Jeudi 18 Janvier : Eucharistie
Jeudi 25 Janvier : Lecture (pages 76-86) ;
Absence de Jean-Luc

Février :

Jeudi 1 Février : Lecture (pages 87-96) ;
Absence de Jean-Luc
Jeudi 8 Février : Repas fraternel ; Absence de Jean-Luc
Jeudi 15 Février : Eucharistie
Jeudi 22 Février : Congés scolaires – pas méditation
Jeudi 29 Février : Congés scolaires – pas méditation

Mars :

Jeudi 7 Mars : Lecture (pages 97-117) ;
Absence de Jean-Luc
Jeudi 14 Mars : Lecture (pages 118-129)
Jeudi 21 Mars : Repas fraternel
Jeudi 28 Mars : Eucharistie

Avril :

Jeudi 4 avril : Lecture (pages 131-140)
Jeudi 11 avril : Lecture (pages 141-155)
Jeudi 18 avril : Congés scolaires – pas méditation
Jeudi 25 avril : Congés scolaires – pas méditation