

# PIEINE CONSCIENCE INTEGRATIVE (INTEGRATIVE MINDFULNESS)



## MEDITATION

Conquérir l'espace intérieur, stabiliser l'alignement du cerveau, des émotions, du mental avec le Soi.

Elle sera abordée, non pas comme une activité, mais comme un espace pour investiguer et laisser se révéler la nature de la Conscience, de la Présence.



## YOGA DU SHIVAISME DU CACHEMIRE

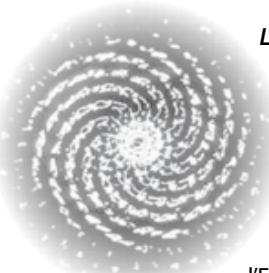
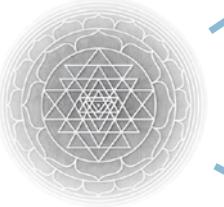
Découvrir l'interdépendance de la Conscience et de l'Energie. C'est une investigation sur la nature de l'Espace et de l'intégration du Principe Masculin et du Principe Féminin, Shiva et Shakti, du Témoin et de l'Energie.

La pratique des asanas dans la lenteur, devient ainsi une méditation : le corps, la matière physique, éthérique se révèlent dans leur véritable nature.

*L'approche intégrative est une invitation à l'épanouissement de la Pleine Conscience (Integrative Mindfulness) sur les plans physique, émotionnel, mental et spirituel.*

*Allier l'Être et le Devenir, le temporel et l'intemporel. La maturation de ce processus, accompagné par l'enseignant conduit à l'émergence du Groupe Thérapeute.*

*Ainsi nous apportons notre contribution à l'évolution de l'Intelligence Collective, à une spiritualité où le lieu de la sagesse et de l'amour réside dans le Cœur de tout être.*



## à Le Crestet (07)

Avec Marc SCIALOM

Du dimanche 18 août 2013 à 18h00  
au vendredi 23 août 2013 à 18h



## QI GONG et SOINS ENERGETIQUES :

*Edifier le corps éthérique, cheval de foudre de la vie intérieure.*

Dans une démarche de Pleine Conscience, la pratique du Qi Gong est une méditation en mouvement, un déploiement naturel des souffles internes dans le silence. Cette pratique préparera à celle des soins énergétiques avec les Sons Harmoniques.

## COMMUNICATION CONSCIENTE ou LE GROUPE THERAPEUTE

*L'art de l'écoute, de la parole et l'acte justes :*

L'écoute centrée : une attention qui nourrit et construit.

Relier tous les aspects de soi par une écoute vraie :

de la compréhension à l'intuition.

Lorsque la Pleine Conscience se pose sur la vie relationnelle,

l'Être-ensemble, le Groupe devient un espace thérapeutique, le Présent réorganise et transforme le passé.

**Lieu :** Terr Eau Lumière  
Domaine de Basse Cour  
Monteil  
07270 Le Crestet.  
**Tél :** 09 53 53 11 41  
[terreaulumiere@free.fr](mailto:terreaulumiere@free.fr)

**Prix :** 320€ le stage  
**Pension complète :**  
262€ en chambre de 3 ou 4 personnes  
(Supplément de 50€ en chambre double, de 75€ en chambre individuelle).  
**Camping :** 162€.

**Renseignements - Inscriptions :**  
[www.pleineconscienceintegrative.com](http://www.pleineconscienceintegrative.com)  
Envoyer 60 € d'arrhes pour le stage à Marc SCIALOM, 430 route de la Rappe 74380 Lucinges Tél : 04 50 43 33 44 [contact@pleineconscienceintegrative.com](mailto:contact@pleineconscienceintegrative.com)  
Envoyer 50€ d'arrhes pour l'hébergement à Terr Eau Lumière.



Marc Scialom a enseigné la méditation de pleine conscience (mindfulness meditation) dans les années 1980 en Angleterre à Gaïa House, a co-animé avec Christopher Tittmuss.

Il a étudié le yoga du Shivaïsme du Cachemire avec Jean Klein de 1976 à 1984, et poursuivi avec Laksman Joo instructeur de Lilian Silburn en 1979.

Il a pratiqué la méditation de pleine conscience dans les années 80 avec Jack Kornfield et Thich Nhát Hanh. Il forme depuis 1991 des psychothérapeutes et des coachs à la psychothérapie intégrative en utilisant les approches de la PNL Humaniste, l'Analyse Systémique et l'Hypnose Ericksonienne.

## PIEINE CONSCIENCE INTÉGRATIVE

430, route de la Rappe  
F 74380 LUCINGES  
Tél : 04 50 43 33 44

[www.pleineconscienceintegrative.com](http://www.pleineconscienceintegrative.com)  
[contact@pleineconscienceintegrative.com](mailto:contact@pleineconscienceintegrative.com)