



MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE
Séminaire avec Jean-François Briefer et Marc Scialom
Dimanche 5 août – Vendredi 10 août 2018

"Pour qu'une chose soit vraie il faut qu'en plus d'être vraie, elle entre dans notre vie." Bobin

Horaires des journées

Dimanche

18h à partir de	Accueil
19h30	Diner
20h45	Ouverture du séminaire

Lundi- Jeudi

7h30	Méditation, Yoga du Cachemire ou QiGong
9h	Petit-déjeuner
10h	Pratique
12h30	Déjeuner
15h30	Entretiens en sous-groupe
16h	Pratique
19h30	Diner
21h	Soirée libre ou pratique

Vendredi

7h30	Méditation, Yoga du Cachemire ou Qi Gong
9h	Petit-déjeuner
10h	Pratique
12h30	Déjeuner
14h30	Pratique
17h	Clôture du séminaire