



Forum104

Ateliers du 17 novembre 2019

La spiritualité, un enjeu pour la société ?

Les synchronicités

Expérience proposée par Lucie Bertrand Luthereau

Une synchronicité est un signe qui survient dans le réel pour nous guider. Vivre une synchronicité, c'est toucher du doigt ce qui nous dépasse. Cela nous relie autrement à la vie et à ses dimensions invisibles qui échappent à nos sens communs.

A travers cette expérience ludique, les participant.e.s auront l'occasion de trouver les éléments de réponses à des questions qu'ils et elles se posent en allant à la rencontre d'éléments synchroniques.

Heartfulness, le Yoga au service du cœur

Expérience proposée par Eva Vandest

Le Yoga est inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'Unesco depuis 2016. Le Yoga n'est pas qu'une pratique posturale. C'est un état d'esprit et une voie d'ouverture de conscience.

A travers cette expérience, les participant.e.s vont expérimenter la relaxation suivie d'une méditation sur le cœur à partir de l'approche Heartfulness et de la transmission yogique.

Au cœur du son

Expérience proposée par Fabienne Raoul

Les sons synchronisent les 2 hémisphères cérébraux. Cette synchronisation facilite la réception d'informations issues de notre conscience intuitive, ainsi que la matérialisation des intentions dans notre quotidien. Au début de l'exercice, chaque auditeur pourra émettre une intention personnelle, individuelle ou collective, (et non verbalisée), en lien avec la thématique « société et spiritualité ».

A travers cette expérience, les participant.e.s seront invité.e.s, à l'aide du son, à entrer en contact avec leurs essence profonde, que chacun.e appellera selon ses préférences sa conscience élargie, le Soi, l'âme...