



# Forum104

espace de rencontre  
culturel & spirituel

programme 2020-2021





## ÉDITO

Sacré Printemps que celui que nous avons vécu. La pandémie, tel un grain de sable, a bloqué nos sociétés globalisées et interdépendantes, nous contraignant à l'immobilité et à une forme de retrait. Qu'avons-nous vécu, qu'avons-nous découvert pendant ces trois mois de confinement ? Comment reprenons-nous la route ? Quel que soit notre vécu, il est probable que nous en sortirons changés individuellement et collectivement. Nous avons pu regarder en face la vulnérabilité de nos existences et de nos sociétés, mesuré l'ampleur des inégalités et des crises planétaires, pris conscience de notre soif d'essentiel que nous avions mise de côté. Cette crise aura suscité des questions sur le sens de nos vies. Gardons au cœur le souvenir de ce que nous avons découvert et la conviction que pour construire « le monde d'après », nous aurons besoin de mettre la spiritualité au centre de nos vies, de nos engagements et de nos responsabilités, pour contribuer un tant soit peu à un changement de paradigme et nous préparer au monde qui vient.

**Frédéric Rochet**

Ce programme étant construit en pleine pandémie du Covid19 et compte tenu des incertitudes de ces prochains mois, le Forum104 se donne la possibilité de modifier sa programmation en présentiel ou à distance (réunions en ligne, webinaires) pour coller à l'évolution de l'épidémie et à l'actualité. Merci de consulter régulièrement notre site internet ou de vous inscrire à notre newsletter pour être tenu informé.

## SOMMAIRE

Qui sommes-nous ? .....	5
Que proposons-nous ? .....	6
Le Forum104 vous donne rendez-vous .....	8
<b>Bouleversements et métamorphoses .....</b>	<b>10</b>
En quête de sens .....	13
Se préparer au monde qui vient .....	19
Grandir en humanité .....	23
Vivre les passages de l'existence .....	27
Créer, contempler .....	31
(Re)trouver la source intérieure .....	35
<i>Méditations</i> .....	38
Voies spirituelles .....	43
<i>Célébrations</i> .....	50
Les spectacles du Forum104 .....	51
Célébrer l'espérance chrétienne avec la chapelle Notre Dame des Anges .....	54
Le Forum104 pratique .....	55
Adhésion .....	56
Livre magazine Présence .....	58
Index des intervenants .....	60
Le Forum104 au fil des jours .....	62



## QUI SOMMES-NOUS ?

Situé au cœur de Paris, le Forum104 est un lieu de rencontre et de dialogue pour toute personne en quête de l'essentiel, qui souhaite découvrir, explorer, approfondir la dimension spirituelle de son existence et voir comment la vivre, concrètement, dans sa vie quotidienne et ses différents engagements.

Sa vocation est de replacer la spiritualité au cœur de la vie de l'homme, des collectifs et de nos sociétés, pour accompagner les transformations en cours et se préparer au monde qui vient.

Ce qui guide le Forum104 dans son action est d'avoir une approche intégrative en reliant intériorité et engagement, spiritualité et société, lien à soi, aux autres et au vivant.

Le Forum104 recherche le brassage et la coopération entre diverses approches de l'homme et de la société, différentes voies de développement personnel et de spiritualité.

---

D'inspiration chrétienne, le Forum104 a été créé en 1983 par les pères Maristes. L'accompagnement du lieu a été confié aux Augustins de l'Assomption en 2014. Le Forum104 est animé par des salariés et des bénévoles venant de différents horizons spirituels et philosophiques, désireux de rejoindre chacun dans sa propre quête et de pouvoir approfondir ensemble les questions sur l'homme, Dieu, l'Ultime.



## QUE PROPOSONS-NOUS ?

Nous mettons des salles à disposition pour des structures visant au développement de la personne et à la construction du bien commun, à l'accompagnement des pratiques spirituelles, à l'organisation de rencontres et d'échanges culturels.

Le Forum104 propose également son propre programme d'activités : conférences, ateliers, cycles, parcours, groupes de paroles, méditations, célébrations, spectacles offrant à chacun la possibilité de vivre un itinéraire personnel avec d'autres chercheurs.

---

**Un programme plus détaillé est disponible sur notre site :**

[www.forum104.org](http://www.forum104.org)

ET AUSSI SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



# LE Forum104 VOUS DONNE RENDEZ-VOUS

**Le dimanche 13 septembre**, lors de la Journée Portes Ouvertes, pour rencontrer les équipes du Forum104 et les structures adhérentes. Vous pourrez profiter de la brocante dans la verrière et visiter le jardin.

**Le jeudi 26 novembre**, pour célébrer la Paix autour d'une veillée inter-spirituelle : temps de méditation, de chants et de prières.

**Le jeudi 10 décembre**, à notre Assemblée Générale. Ce sera l'occasion pour les adhérents de faire le bilan de l'année passée et d'imaginer de nouveaux défis pour l'avenir.

**Les dimanches 15 novembre et 14 mars**, en étant « Tous au jardin ! ». Vous pourrez rejoindre et soutenir l'équipe de bénévoles qui prend grand soin du jardin.

Enfin, **le jeudi 10 juin** à la Fête du Forum104, pour partager une soirée créative et conviviale.

## • Location des salles

Proche de Montparnasse, au cœur de Paris, le Forum104 met à disposition onze salles de différentes tailles, ainsi qu'une verrière.

### Lundi au vendredi :

Journée : 9h-18h

Demi-journée : 9h-13h et 14h-18h

Soirée : 18h30-22h30

### Samedi et dimanche :

9h-18h

Pas de location à la demi-journée

### Renseignements :

planning@forum104.org

### Disponibilité des salles :

[www.forum104.org](http://www.forum104.org)

## • Bibliothèque

Les mardis (18h15-19h15),  
Les mercredis et jeudis (18h15-19h45)

Lieu de sérénité ouvrant sur le jardin, la bibliothèque offre un espace de lecture en consultation sur place pour tous, ainsi qu'un prêt de livres pour les adhérents du Forum104. La diversité des thèmes couverts reflète les questions au cœur de la vie et de l'activité du Forum104 : spiritualités, quête de sens, croissance personnelle, santé, médecines alternatives, sciences, écologie, questions sur l'homme et la société en mutation...

### Horaires sous réserve de modifications :

consulter le site internet, rubrique « Flash info » ou bibliothèque.

### Catalogue en ligne sur notre site :

[www.forum104.org](http://www.forum104.org)



### RETROUVEZ-NOUS ÉGALEMENT SUR ZOOM OU FACEBOOK

pour nos webinaires et réunions à distance,  
programmées en fonction de l'actualité.  
Consultez notre site Internet.



# BOULEVERSEMENTS ET MÉTAMORPHOSES

Vivre les traversées individuelles  
et collectives

**Avec la pandémie et le confinement, nous faisons une expérience qui bouleverse notre vie intérieure, notre rapport aux autres et au monde. Nous désirons changer notre monde, changer de monde. Et si nous faisons de ce temps d'épreuve un temps de choix, individuel et collectif ?**

## ■ VERS UNE NOUVELLE CONSCIENCE COLLECTIVE

50€ - participation  
35€ - tarif réduit

CONFÉRENCES ATELIERS S. 26 sept (9h30-18h)

Laurence Baranski, auteure et coach, Stéphanie Honoré, éditrice et une équipe du Forum104

Qu'appelle-t-on la conscience collective ? Est-ce seulement une vue de l'esprit ou est-ce plus que cela ? Quelle place la spiritualité tient-elle dans cette nouvelle conscience collective ? Cette journée éclairera les futurs auxquels nous aimerions donner naissance.

Avec la participation de :

Chantal Amouroux, secrétaire générale de l'association des Amis de Pierre Teilhard de Chardin ;

Thi Bich Doan, philosophe scientifique et spécialiste en arts martiaux ;

Réjane Ereau, journaliste, auteure, réalisatrice et collaboratrice de l'INREES ;

Miriam Gablier, auteure et journaliste notamment pour le magazine L'Inexploré ;

Edouard Gaudot, historien et enseignant, engagé en politique au niveau européen ;

Jean-Pierre Goux, ancien chercheur en mathématiques et créateur du projet activiste Siècle bleu.

**Inscription obligatoire**



**“VIVRE  
LES TRAVERSÉES  
INDIVIDUELLES  
ET COLLECTIVES”**

## ■ CERCLES DE PAROLES

Dates et thèmes  
[consulter notre site](#)

Libre participation  
aux frais

Animés par une équipe du Forum104

Des temps et des espaces pour mettre des mots sur ce que nous vivons, discerner avec d'autres les voies pour penser et bâtir la vie post-covid, transformer nos réflexions en actes concrets, répondre individuellement et collectivement à la question : Au service de quoi allons-nous mettre notre vie ?

*Témoignages, temps de silence et d'intériorité, partages, apports.*

## ■ COMMENT LA VIE DU MONDE RÉSONNE-T-ELLE EN MOI ?

**GROUPE DE PAROLE (19h30-21h)**

J. 3 nov, Mer. 16 déc, Mar. 19 janv, Mer. 17 mars,  
Mer. 14 avr, Mar. 26 mai

Libre participation  
aux frais

Ivan Maltcheff, coach spécialisé dans l'accompagnement des transformations individuelles et collectives  
Comment suis-je traversé, bousculé, et métamorphosé par les événements ? Partager nos traversées, notre actualité intérieure et celle du monde. En déposant ce qui l'habite et l'anime, chacun contribue à tisser un être collectif qui devient un espace de ressourcement, d'inspiration et de connexion à soi, aux autres et au monde.

## ■ REPENSER LA FRANCE ET LE MONDE POST-COVID

**CONFÉRENCE DÉBAT Mar. 17 nov (19h30-22h)**

Libre participation  
aux frais

En partenariat avec le Pacte civique, collectif de citoyens et d'organisations

Avec des intervenants issus d'horizons différents, réfléchir et utiliser la crise sanitaire comme tremplin pour bâtir une société nouvelle.

*Programme, consultez notre site internet.*



# EN QUÊTE DE SENS

Nourrir les recherches personnelles et collectives

## ■ CAFÉ PHILO

**ATELIER** Les samedis (11h-13h)

19 sept, 10 oct, 14 nov, 5 déc, 23 janv, 13 fév, 20 mars,  
24 avr, 22 mai, 19 juin, 10 juil

3€ - participation

7€ - repas

En partenariat avec le Forum philosophique de Paris  
Daniel Ramirez, philosophe

Penser la vie et le monde dans l'écoute et la rencontre  
de l'autre. Risquer sa parole et se découvrir soi-même  
dans une réflexion collective, dans l'esprit socratique  
de la philosophie dans la cité.

**Inscription obligatoire pour le repas**

## ■ VOYAGE AU CŒUR DE LA MATIÈRE : QUEL EST CET UNIVERS DANS LEQUEL LA CONSCIENCE APPARAÎT ?

**CONFÉRENCES** Les mercredis (15h-17h)

23 et 30 sept, 7 et 14 oct, 4, 18 et 25 nov,  
13 et 27 janv, 10 fév, 17 et 31 mars, 14 avril

Libre participation  
aux frais

Dominique Boidin, ingénieur télécoms et astrophysique  
Un cosmos vertigineux. Sur notre planète, berceau  
fragile et violent, la vie apparaît, puis la conscience.  
La matière est le support de notre être, que  
savons-nous d'elle ? Contemplons le phénomène  
humain et la longue histoire de sa gestation avec un  
œil scientifique.

*Thèmes des conférences : consulter notre site.*

## ■ DES CHEMINS ET DES HOMMES

**CYCLE** Cinq vendredis (19h30-22h)

6€ - par soirée

En partenariat avec l'hebdomadaire Le Pèlerin,  
la Société française des Amis de Saint-Jacques,  
Compostelle 2000 et La Procure

Grâce aux chemins de pèlerinage et aux autres  
itinéraires de spiritualité, prendre conscience de  
l'essentiel dans nos vies et se mettre en route.

**V. 25 sept** : *Compostelle, Rome, Jérusalem :*  
*pèlerinage pour changer de regard*

Conférence audiovisuelle par Sébastien de Fooz, auteur  
**V. 27 nov** : *Des années de pèlerinage de Franz Liszt*  
*aux chemins de Compostelle*

Concert-témoignage par Emmanuel Mancuso, pianiste  
et pèlerin de Saint-Jacques

**V. 22 janv** : *Vers Tamanrasset en passant par Lourdes,*  
*Compostelle et Fatima*

Conférence audiovisuelle par Céline de Veyrac,  
psychologue en hôpital

## V. 26 mars : *Un tour du monde des chemins de pèlerinage*

En ouverture du 6<sup>ème</sup> Forum des chemins, projection  
du film de Fabienne Bodan, auteure, suivie d'un échange  
avec la réalisatrice

## V. 28 mai : *Shikoku, le Compostelle japonais ?*

Conférence audiovisuelle par Sophie Lavaur, auteure

## ■ APÉRO-LIVRES : CES LIVRES QUI NOUS NOURRISENT

**ATELIER** Les mercredis (20h-21h30)

30 sept, 9 déc, 10 fév, 14 avr, 16 juin

Libre participation  
aux frais

Marie-José Archieri du Forum104

Un moment de partage autour de livres qui ont  
marqué, bousculé, transformé notre vie en lui donnant  
une nouvelle orientation, qui nous ont soutenus,  
réconfortés et qui nous nourrissent encore aujourd'hui.

## ■ LA SAISON PHILOSOPHIQUE DU Forum104 LA PHILOSOPHIE QUESTIONNE LES TRADITIONS SPIRITUELLES

**ATELIERS** Les vendredis (18h30-22h)

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Daniel Ramirez, philosophe

**2 oct et 15 janv** : *Ethique et humanité - Penser le bien,*  
*l'action et les valeurs avec les traditions spirituelles*

**21 mai et 2 juil** : *Ecologie et nature - Penser notre place*  
*dans le cosmos avec les traditions spirituelles*

La philosophie comme lieu et méthode de rencontre  
des traditions spirituelles. Entrer dans une démarche  
de questionnement et de dialogue philosophiques  
pour approcher le judaïsme, le bouddhisme, le  
christianisme et l'Islam dans leurs dimensions  
anthropologiques, métaphysiques, éthiques,  
écologiques et politiques.

*Rencontres avec des pratiquants, des chercheurs*  
*et des spécialistes de différentes traditions spirituelles.*

**Inscription obligatoire**

## ■ NOS DISCERNEMENTS

**CERCLE DE PAROLE** Les mercredis (19h-20h30)

7 oct, 9 déc, 20 janv, 10 mars, 14 avr, 19 mai, 16 juin

Libre participation  
aux frais

Une équipe du Forum104

Partager et échanger sur sa propre recherche de sens,  
interagir avec les autres, se questionner, se laisser  
questionner dans un climat de confiance et  
de sécurité.



# “NOURRIR LES RECHERCHES PERSONNELLES ET COLLECTIVES”

## ■ ÉCOUTER L'EXTRAORDINAIRE 4€ - participation 3€ - tarif réduit

**GROUPE DE PAROLE** Cycle de 9 rencontres

**En journée (14h-16h30) :** L. 26 oct, L. 23 nov,  
Mer. 16 déc, L. 18 janv, L. 12 avr

**En soirée (19h-21h30) :** J. 24 sept, Mar 23 fév,  
Mar. 16 mars, Mar. 18 mai

Animé par des psychothérapeutes de l'Institut de Recherche sur les Expériences Extraordinaires (INREES)  
Permettre aux personnes vivant des expériences dites extraordinaires d'évoquer leurs expériences dans un cadre intime et respectueux.

**Inscription obligatoire**

## ■ POUR UN FUTUR DÉSIRABLE, QUELLE TRANSITION SOCIALE, ENVIRONNE- MENTALE ET DÉMOCRATIQUE ? Libre participation aux frais

**CONFÉRENCES DÉBATS** Les mardis (19h30-22h)

17 nov, 2 mars, 18 mai

En partenariat avec le Pacte civique, collectif de citoyens et d'organisations

Avec des intervenants issus d'horizons différents, réfléchir ensemble à la construction d'une société fondée sur les valeurs de la créativité, de la sobriété, de la justice et de la fraternité. Les thèmes des soirées sont en lien avec l'actualité.

*Thèmes, consulter notre site internet.*

## ■ CHOISIR SA VIE, AUJOURD'HUI 90€ - participation 70€ - tarif réduit

**CONFÉRENCES ATELIERS** Les samedis (9h30-17h30)

Emmanuel Bompoy et Christian Merle, logothérapeutes

**21 nov :** *Le dialogue aujourd'hui dans ma vie*

L'art du dialogue est une voie essentielle d'accès au sens dans le vécu quotidien. Est-il devenu un luxe aujourd'hui ? Comment le rendre plus fécond, plus présent dans ma vie, en respectant l'autre et en échangeant dans nos authenticités réciproques ?

**22 mai :** *La créativité aujourd'hui dans ma vie*

Chaque personne est une création absolue et chaque existence une nouveauté absolue. Exister est donc un acte de création, c'est choisir en permanence la réponse qui permet de devenir celui(elle) que moi seul(e) peut et doit être. Mais comment s'y prendre ?

*Exposé des intervenants, puis travail en sous-groupes suivi d'un partage en plénière.*

**Inscription obligatoire**

■ **UN NOUVEAU REGARD  
SUR LA GUÉRISON AVEC  
LA PHYSIQUE QUANTIQUE  
ET L'ÉNERGÉTIQUE CHINOISE**  
CONFÉRENCE ATELIER **Mar. 9 mars (19h30-22h)**

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Marie-Pierre Dillenseger et Florian Ransford, auteurs  
Regards croisés sur la médecine, entre les découvertes  
modernes occidentales et les sagesses anciennes  
chinoises. De nombreux phénomènes de santé avérés  
sont incompréhensibles aujourd'hui. Qu'en dit la  
nouvelle théorie de la conscience ? Quelles sont les  
clés de lecture issues de la pensée taoïste chinoise ?

■ **FORUM DES CHEMINS DE PÈLERINAGE,  
LE RENDEZ-VOUS DES PÈLERINS ET  
DES MARCHEURS EN QUÊTE DE SENS**  
V. 26 mars (19h30) au D. 28 mars 2021 (17h30)

En partenariat avec l'hebdomadaire Le Pèlerin  
Marche, spiritualité, nature et patrimoine : les chemins  
de pèlerinage sont des itinéraires privilégiés pour  
tout chercheur de sens et d'intériorité. Dans une  
ambiance fraternelle, se retrouver entre membres  
d'associations, porteurs de projets, artistes, écrivains,  
pèlerins, randonneurs ou simples candidats au départ.  
*Tables rondes, conférences, films, stands, ateliers,  
expositions, repas ludique, messe, balades dans Paris.*

■ **D'OÙ VENONS-NOUS,  
OÙ ALLONS-NOUS ?**  
CONFÉRENCE ATELIER **S. 8 mai (9h-18h)**

Libre participation  
aux frais

Dominique Boidin, ingénieur télécoms et astrophysique,  
membre associé de la Société Française d'Exobiologie  
Un regard scientifique sur l'émergence de Sapiens,  
les raisons de son succès évolutif (prédateur efficace,  
cerveau en quête de savoir...) afin d'inscrire dans le  
long terme les défis à relever pour ne pas être victime  
de ce succès : réchauffement climatique, manipulations  
génétiques, etc.



# SE PRÉPARER AU MONDE QUI VIENT

**Bouleversements du monde**  
**Transition sociétale, écologique, et intérieure**

## ■ CULTIVER SA TRANSITION INTÉRIEURE

CONFÉRENCES ATELIERS (19h30-22h15)

Mar. 6 oct : *Cultiver son alignement*

J. 5 nov : *Cultiver son discernement*

Mer. 9 déc : *Cultiver son intuition*

15€ - par soirée

10€ - tarif réduit

Anne Murat, réalisatrice de documentaires et Aurore Lafortune, praticienne en communication cardinale  
Mettre la transition intérieure en actes. Parce que le chemin du nouveau monde est d'abord celui d'un nouvel être au monde. Embrasser un processus de qualification de conscience qui nous permet de restaurer notre valeur, la force de vie qui nous anime, et l'intelligence qui nous guide.

## ■ LE TRAVAIL QUI RELIE

ATELIERS (9h30-17h30)

Mer. 21 et J. 22 oct (sous réserve)

J. 18 et V. 19 fév, L. 19 et Mar. 20 avr

90€ - participation

70€ - tarif réduit

Christine Kristof de l'association Anima Terra  
Avec le travail qui relie, méthodologie de transformation individuelle et collective au service de la Terre et du Vivant développée par l'éco-philosophe Joanna Macy, vivre de façon concrète et sensible ses retrouvailles avec la nature, réaliser au plus profond de soi l'interdépendance de toutes les formes de vie sur Terre, trouver une communauté soutenance et faire émerger sa mission et ses moyens d'action pour une nouvelle Terre.  
**Inscription obligatoire**

## ■ D'UN MONDE À L'AUTRE : CHANGER DE PARADIGME

CONFÉRENCES ATELIERS (19h30-22h)

V. 15 janv : *Le nouveau monde, ou le baptême du feu : panorama, enjeux, méthode.*

V. 12 fév : *Comment régner sur son royaume intérieur pour mieux œuvrer ?*

J. 11 mars : *Du totalitarisme économique à une société du commun et de l'abondance.*

J. 15 avr : *Quelle république du 6<sup>ème</sup> type mettre en place ?*

V. 7 mai : *Quelle(s) ville(s) et communauté(s) construire pour 2030 ?*

15€ - par atelier

10€ - tarif réduit

Audrey Cansot, scénariste et écrivain  
Tandis que nos structures sociales et intérieures sont soumises à des fortes pressions de différentes nature, comment utiliser à bon escient les idées et les énergies

en faveur du futur, tout en tirant les leçons du passé ? En conjuguant nos expériences avec les sagesses d'hier et d'aujourd'hui, réfléchir et trouver un soutien dans l'épreuve initiatique en cours.

## ■ SOMMES-NOUS CRÉATEURS DE NOTRE FUTUR ?

CONFÉRENCE ATELIER S. 30 janv (14h-17h30)

45€ - participation

35€ - tarif réduit

Jocelyn Morisson, journaliste et Étienne Klein, physicien et philosophe (sous réserve)

À partir de deux points de vue sur le temps, questionner notre impact sur l'avenir individuel et collectif : quelles sont les conditions de sa création, quel est son statut physique, quelles stratégies pour influencer sur lui ?

**Inscription obligatoire**

## ■ COOSPHERE : DÉCOUVRIR UNE NOUVELLE DIMENSION À LA COOPÉRATION

CONFÉRENCE ATELIER Mer. 31 mars (19h30-22h)

SESSION V. 4 au D. 6 juin (9h30-17h30)

150€ - à l'inscription

Jean-Luc Champougny, consultant et Guillaume Dorvaux, facilitateur

Grâce à la méthode Coosphère, construire ensemble en harmonie avec l'invisible, vivre la rencontre entre les dimensions collective et spirituelle, combiner des pratiques d'activation d'énergie et de gouvernance pour créer dans la joie une oeuvre inspirée et utile à chacun.

**Inscription obligatoire**

**Participation consciente, voir sur notre site**

## ■ JEUNES DE L'HYPER-GÉNÉRATION, BOUSCULEZ-NOUS !

CONFÉRENCE J. 1<sup>er</sup> avr (19h30-22h)

10€ - participation

5€ - tarif réduit

Oriane Sargos, thérapeute spécialisée en pédagogie et profils atypiques

Nos jeunes nous bousculent, nous heurtent et souvent nous agacent. Ils cassent les normes, les codes, les modèles, les règles en entreprises... Une génération d'hyper créatifs, d'hyper sensibles, à l'intelligence émotionnelle et intuitive qui dérange. Mais si c'était eux qui avaient raison ? Et si c'était nous qui avons besoin de changer ?

## ■ OSONS LES JOURS HEUREUX !

TABLE RONDE ET ATELIERS J. 8 avr (19h30-22h15)

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Une équipe du collectif Osons les Jours Heureux, dont Patrick Viveret, philosophe, économiste et Anne Murat, réalisatrice de documentaires

L'archipel citoyen Osons les Jours Heureux, réseau d'associations alternatives, reprend le message fort du Conseil National de la Résistance qui, au cœur de la nuit noire de l'occupation et du nazisme, a su proposer une perspective riche et mobilisatrice. Ses membres vous invitent à une soirée d'intelligence collective sur la résistance créatrice et le « bien vivre en acte ».

## ■ GRAINES DES POSSIBLES OU LES COURANTS ÉMERGENTS DE L'ÉCOLOGIE D'AVANT-GARDE

TABLE RONDE Mar. 8 juin (19h30-22h)

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Christine Kristof de l'association Anima Terra

L'écologie, comprise dans sa dimension globale, poursuit une dynamique vivante et créative s'ajustant aux circonstances et tentant d'apporter des réponses pertinentes aux situations inédites auxquelles notre humanité est confrontée. De nombreux courants, souvent en marge, laissent entrevoir les germes d'un monde plus harmonieux et plus relié. Quels sont ces courants ? Comment peuvent-ils nourrir notre quête de sens et de cohérence ? Et comment peuvent-ils contribuer à créer cette trame des possibles sur laquelle nous pourrions tisser les fils d'or du monde à venir ?

*Une soirée de partage autour de plusieurs courants : connexion profonde à la nature et aux sagesses premières ; la puissance du féminin sacré au service de la Terre et de l'écologie ; la Deep adaptation comme réponse aux bouleversements systémiques ; une approche vivante de l'économie (économie symbiotique, culture régénératrice, revenu de transition écologique) ; l'écospiritualité, fondement d'une posture cohérente au monde et d'un engagement méditant/militant pour la Terre.*

# GRANDIR EN HUMANITÉ

Lien à soi, aux autres et au vivant

- **INTERROGER SON HISTOIRE FAMILIALE EN ATELIER D'ÉCRITURE** 35€ - par séance  
**ATELIERS** Les jeudis (9h45-12h45)  
 10 sept, 8 oct, 12 nov, 10 déc, 14 janv, 4 fév, 11 mars, 8 avr, 20 mai, 10 juin

Marion Rollin, animatrice d'ateliers d'écriture, auteure et analyste transgénérationnelle

Partager son désir d'écrire au sein d'un groupe bienveillant. Construire des scènes, faire vivre ses personnages sur le papier, chercher un fil narratif, pour ainsi donner image et corps à son histoire familiale.

*Une régularité sur l'année est souhaitable, essai possible à la première séance.*

**Inscription obligatoire**

- **GUÉRIR SON CŒUR AVEC LES CERCLES DE PARDON** 20€ - participation  
15€ - tarif réduit  
**CYCLE -CONFÉRENCES ATELIERS** Les lundis (19h30-21h30)  
 14 sept, 9 nov, 7 déc, 11 janv, 8 fév, 8 mars, 12 avr, 17 mai, 14 juin

Loïc Kerisel, praticien en psychothérapie transpersonnelle et diplômé du CesHum

Faire œuvre de pardon vis-à-vis des autres et de soi-même, y compris par rapport à des personnes non présentes, sans avoir à évoquer son histoire personnelle. Permettre à son cœur de se libérer de l'étau du ressentiment et de la culpabilité.

*Avant sa mise en oeuvre, présentation du processus et exercices permettant la rencontre et la création d'une proximité dans le groupe.*

**Inscription obligatoire**

- **LA PLEINE CONSCIENCE EN PSYCHOTHÉRAPIE** 10€ - la conférence  
5€ - tarif réduit  
90€ - l'atelier  
70€ - tarif réduit  
**CONFÉRENCE** L. 23 nov (19h30-21h30)  
**ATELIER** Mar. 24 nov (9h30-17h)

Jean-Marie Delacroix, gestalt-thérapeute

Alors que la pleine conscience connaît une grande expansion, comment et dans quel but l'introduire en psychothérapie ? Que dire de l'attitude méditative du thérapeute et des moments de méditation intersubjective ou méditation en face à face dans le processus thérapeutique ?

*Lors de l'atelier, pratique de la méditation intersubjective, appliquée dans le contexte de la psychothérapie.*

**Inscription obligatoire pour l'atelier**

- **UN DIMANCHE AU JARDIN MÉDITER ET AGIR POUR LA TERRE ET LE VIVANT** Libre participation  
aux frais  
**ATELIER** Les dimanches (14h-17h)  
 6 déc, 31 janv, 28 fév, 6 juin

Christine Kristof de l'association Anima Terra

À l'écoute de la double dimension Terre et Ciel qui nous habite, expérimenter diverses propositions écospirituelles : méditation, relaxation, expression éco-créative d'objets verts, liés à l'actualité des saisons, avec des matériaux recyclés, sains et écologiques, activités dans le jardin.

*Ouvert à tous, y compris aux familles.*

**Inscription obligatoire**

- **ACCOMPAGNER AVEC L'ARBRE DE VIE** 90€ - participation  
70€ - tarif réduit  
**FORMATION** L. 1<sup>er</sup> fév (9h30-17h30)

Dina Scherrer, coach formée aux pratiques narratives

L'Arbre de vie est un outil basé sur les pratiques narratives. Il utilise les différentes parties de l'arbre comme métaphore pour représenter les différents aspects de nos vies. Il facilite l'émergence des ressources et des compétences de chacun et redonne de l'espoir pour se projeter dans l'avenir.

*Après un topo sur l'historique de l'Arbre de vie, chaque participant réalise son arbre de vie et vit toutes les étapes de la méthode.*

**Inscription obligatoire**



## ■ OSER ÊTRE CLOWN, OSER ÊTRE SOI

**ATELIER** S. 27 et D. 28 fév (9h30-17h30)

180€ - participation

140€ - tarif réduit

Agnès Penet, art-thérapeute et clown de théâtre  
S'initier au clown (corps, émotions, imaginaire, créativité, humour) comme art de la relation (écoute, empathie, disponibilité, juste distance). Cadre sécurisant et bienveillant où retrouver son enfant intérieur, peut-être ses peurs et ses blessures, mais surtout sa joie et sa spontanéité.

*Exercices individuels puis collectifs mettant en jeu le corps, les émotions et l'imaginaire des participants, ponctués de temps de parole. Ni maquillage, ni costume, mais chapeau et nez de clown (prêts).*

**Inscription obligatoire**

## ■ (RE)TROUVER LA CONFIANCE INTÉRIEURE

**ATELIER** S. 20 mars (10h-17h)

90€ - participation

70€ - tarif réduit

Stéphane Riot, accompagnateur du changement  
et Valérie Seguin du Forum104

S'initier à une vision holistique de l'être humain afin de retrouver une confiance intérieure. Nous expérimenterons diverses approches, au-delà de l'ego et du mental, pour laisser émerger un autre espace en nous, porteur d'un état d'être confiant et indépendant des circonstances extérieures.

**Inscription obligatoire**

## ■ LA BLESSURE ET LE SOUFFLE

**ATELIER** S. 1<sup>er</sup> et D. 2 mai (9h-17h30)

180€ - participation

140€ - tarif réduit

Éric Clotuche, philosophe et psychologue

Découvrir une grille de lecture de nos blessures intérieures et des mécanismes par lesquels elles s'installent. Reprendre conscience qu'il y a un autre élan en nous que celui des seuls mécanismes bio-psychiques. Réaliser qu'un regard autre sur nos traumatismes et que l'ouverture à la dimension spirituelle peuvent participer d'une guérison plus profonde.

*Topos suivis de questions/réponses, temps personnel, possibilité d'entretiens individuels.*

**Inscription obligatoire**

# VIVRE LES PASSAGES DE L'EXISTENCE

Étapes et épreuves de la vie

## ■ COMMENT FAIRE FACE À L'INCONNU DE LA MORT ?

45€ - participation  
35€ - tarif réduit

CONFÉRENCES ATELIERS Les lundis (14h30-17h30)

12 oct, 2 nov, 25 janv

Valérie Seguin, auteure du livre « Les Trois jours et demi après la mort de mon père » et Stéphane Riot, accompagnateur du changement

Comment mieux appréhender ce passage pour soi ou en tant qu'accompagnant de ceux qui vont partir et limiter l'angoisse face à l'inconnu ?

*Projections de documentaires, partages de vécu, éclairages scientifiques et expérimentations symboliques.*

**Inscription obligatoire**

## ■ CONTES ET TRANSFORMATIONS

Libre participation à la veillée  
90€ - l'atelier  
70€ - tarif réduit

VEILLÉE CONTES en soirée - ATELIERS en journée

Sandrine Chanfreau, coach et conteuse et Christophe de Vareilles, coach et artiste

**Mar. 13 (19h30-21h30) et Mer. 14 oct (9h30-17h30) :**

*nos étapes de vie et de croissance à la lumière des contes*

**J. 4 (19h30-21h30) et V. 5 mars (9h30-17h30) :**

*de la solitude à la rencontre, les contes pour nous accompagner*

Partir des contes, s'appuyer sur les symboles et l'imaginaire pour mieux comprendre notre vie et ses étapes, éclairer des zones d'ombre, mettre en lumière des croyances, trouver du sens, activer nos ressources pour aller avec légèreté vers notre accomplissement.

*Eclairage sur les contes, appropriation personnelle, expériences créatives et moments de partage.*

*La veillée et l'atelier du samedi peuvent être vécus indépendamment.* **Inscription obligatoire**

## ■ LE TAO, ART DE VIVRE ET CHEMIN INTÉRIEUR

45€ - par atelier  
35€ - tarif réduit

ATELIERS (14h-17h)

V. 16 oct, S. 12 déc, S. 16 janv, D. 21 mars, S. 12 juin

Marc Sokol, enseignant en énergétique chinoise, en art du souffle et du mouvement

Dans une perspective globale où l'homme, la nature et la société sont intriqués, la voie taoïste nous offre des outils pour accompagner les changements (âges de la vie, saisons de l'année) et pour utiliser et harmoniser nos émotions dans notre chemin de vie.

*Pratiques corporelles, respiratoires et méditatives accompagnées d'explications et de commentaires basés sur le texte ancien.* **Inscription obligatoire**

“ÉTAPES ET  
ÉPREUVES DE  
LA VIE”

## ■ DU SENS DE LA MALADIE AU SENS DE LA VIE

140€ - tarif réduit

FORMATION S. 9 (10h-17h30) et D. 10 janv (9h30-16h30)

Philippe Dransart, médecin homéopathe, spécialisé dans l'accompagnement de malades du cancer  
"La sagesse, cela consiste à découvrir en toute chose l'intention qui l'anime" (Héraclite). La maladie nous met en danger et nous la percevons comme une ennemie, mais derrière ces apparences, quelle est son intention cachée si ce n'est, par la force des choses de nous libérer de ce qui nous sépare, de qui nous sommes et de ce qui nous anime ?

*Apports, partage d'expériences par les participants.*

**Inscription obligatoire**

## ■ OSER RÉALISER CE QUE NOUS DÉSIRONS

180€ - participation

140€ - tarif réduit

L. 15 et Mar. 16 fév (9h-17h)

Joëlle Kirsch, art-thérapeute et constellatrice  
Oser changer est possible. Voir et sentir notre anxiété pour être plus à l'aise avec elle et avec nous-même. Retrouver notre liberté pour permettre à toute notre personne de se déployer, pour notre bien personnel et pour celui d'autrui. D'après la méthode « Immunity to change » de Robert Kegan et Lisa Lahey.

*Réflexion à plusieurs sur un thème choisi.*

**Inscription obligatoire**



# CRÉER, CONTEMPLER

De la découverte à l'expérimentation,  
explorer l'art dans sa diversité



## ■ DIRE LA BIBLE

**ATELIERS** Les jeudis (20h-22h)

10 sept, 8 oct, 12 nov, 10 déc, 14 janv,  
11 fév, 11 mars, 8 avr, 20 mai, 17 juin

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Gérard Rouzier, acteur et enseignant en art dramatique  
Lire, dire, ruminer, manduquer la Bible pour  
s'approprier et incorporer les textes.

*Temps de silence, méditation guidée, travail autour  
de textes bibliques proposés par l'animateur ou  
apportés par les participants (écoute, appropriation et  
incorporation, exercices, échanges).*

**Inscription obligatoire**

## ■ RETROUVER SON ÉLAN CRÉATEUR PAR LE JEU THÉÂTRAL

**ATELIERS** Les lundis (14h-18h)

14 sept, 14 déc, 11 janv, 8 fév, 1<sup>er</sup> mars, 5 avr, 10 mai,  
14 juin

45€ - participation  
35€ - tarif réduit

Stéphanie Lanier, comédienne et art-thérapeute  
Par un aller-retour entre le dedans et le dehors,  
avec les outils du théâtre, retrouver la fluidité du jeu  
propre à l'enfance et la spontanéité d'une liberté  
qui s'exprime et se réinvente. Faire œuvre de nouvelles  
ressources en soi-même dans les réalités tragiques  
auxquelles nous sommes confrontés, et redonner sens  
à sa vie.

**Inscription obligatoire**

## ■ S'EXPRIMER ET CRÉER AVEC LA PEINTURE

**ATELIERS** Les week-ends (9h30-18h)

Groupe A : 3 et 4 oct, 9 et 10 janv, 6 et 7 mars,  
15 et 16 mai

Groupe B : 10 et 11 oct, 16 et 17 janv, 13 et 14 mars,  
22 et 23 mai

130€ - un week-end  
468€ - les quatre week-ends

En partenariat avec l'association Art Vivant  
Anne Chérier, peintre et art-thérapeute

Par la peinture, développer son expression et sa  
créativité, mettre en forme et en couleur sa propre  
singularité. Se mettre à l'écoute de soi et retrouver  
sa propre intériorité.

*Autour d'un thème central, alternance des consignes  
axées sur la technique picturale et sur l'expression pure.*

**Inscription obligatoire (fournitures comprises)**

## ■ ART ET SPIRITUALITÉ

**CONFÉRENCES ATELIERS** (19h30-22h)

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Jean-Paul Deremble, historien de l'art et théologien  
L'art demeure un extraordinaire vecteur de spiritualité.  
Mais la relation entre l'art et la spiritualité est-elle aussi  
évidente ? À quelles conditions l'expérience esthétique  
est-elle spirituelle ?

**J. 8 oct** : *Art et spiritualité, les conditions de pertinence  
d'un tel lien*

**Mar. 12 janv** : *Les espaces de rassemblement ecclésiaux,  
hier et aujourd'hui*

**Mar. 6 avr** : *Figuratif et non figuratif, pour une même  
quête d'abstraction*

*Conférence, contemplation d'une œuvre, collation,  
échange par groupes sur les thèmes abordés,  
préparation de questions ou de témoignages puis mise  
en commun des ressentis de chaque groupe.*

**Inscription obligatoire**

## ■ LECTURE À HAUTE VOIX

**ATELIERS** Les week-ends (10h-18h)

21 et 22 nov, 29 et 30 mai

180€ - participation  
140€ - tarif réduit

Jean-Claude Penchenat, metteur en scène et Inès  
de Beaupuis du Forum104

Partir à la découverte de textes peu connus de la  
littérature et du théâtre français ou étranger.

Comment dire et faire entendre les grands textes par  
la mise en bouche, le rapport au geste.

*Pour débutants et confirmés.*

**Inscription obligatoire**

## ■ CHANT CHRÉTIEN ANTIQUE : RÉVEILLER LA SOURCE PROFONDE

**CONCERTS MÉDITATIFS** Les mardis (20h-21h15)

8 déc, 1<sup>er</sup> juin

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Iégor Reznikoff, spécialiste de l'art et de la musique  
antiques et un petit ensemble de l'École de Louange  
Pour les temps de Noël et de la Pentecôte, de grands  
chants du répertoire chrétien antique occidental  
nous seront proposés, ainsi qu'une création de Iégor  
Reznikoff dans l'esprit de la louange chrétienne  
antique.

## ■ SE RELIER À SOI POUR CRÉER ET LIBÉRER LA PRATIQUE DE LA PEINTURE

SESSIONS (9h30-18h)

L. 26 et M. 27 avr : *Peinture et conscience corporelle*  
Anne Chériez, peintre et art-thérapeute  
et Julia Lechau, reflexologue et art-thérapeute

S. 10 et D. 11 juil : *Peinture et voix*  
Anne Chériez, peintre et art-thérapeute  
et Claudine Chériez, chanteuse, praticienne Feldenkrais

En partenariat avec l'association Art Vivant  
Explorer simultanément le visible et l'invisible.  
Laisser jaillir les formes et les couleurs de son  
monde intérieur, vivre la peinture dans sa dimension  
corporelle et spirituelle.

*Toute personne, peintre confirmée ou débutante,  
est la bienvenue.*

**Inscription obligatoire (fournitures comprises)**



190€ - participation

# (RE)TROUVER LA SOURCE INTÉRIEURE

Chemins d'intériorité

## ■ AVEC LE QI GONG, ÊTRE PRÉSENT À SOI ET AU MONDE

5€ - participation

**ATELIERS** Les mardis à partir du 8 sept (18h15 à 19h45)  
Les jeudis à partir du 10 sept (12h15 à 13h45)

Jean-Louis Piétri, enseignant en qi gong et énergétique chinoise

Issue de la culture taoïste, la pratique du qi gong permet une approche globale de la santé tout à la fois physique, mentale et spirituelle. Outre une résonance harmonieuse avec ce qui nous entoure, elle permet l'accès à un espace intérieur serein et éveillé.

## ■ SE DISPOSER À LA MÉDITATION AVEC LE HATHA-YOGA

5€ - participation

**ATELIERS** Les jeudis (16h-17h30)

10, 17 et 24 sept, 1<sup>er</sup>, 8 et 15 oct, 5 et 19 nov,  
3 et 17 déc, 7, 14 et 21 janv, 4 et 11 fév, 4 et 11 mars,  
1<sup>er</sup>, 8 et 15 avr, 6 et 27 mai, 3, 10 et 17 juin

Philippe Baronnie, professeur de yoga

Cultiver la bienveillance avec soi-même avant, pendant et après la prise de posture, en vue d'habiter en profondeur nos temps de méditation.

## ■ LES VOIES DE LA PRÉSENCE

15€ - la conférence  
10€ - tarif réduit  
45€ - l'atelier  
35€ - tarif réduit

**CONFÉRENCE** Mer. 4 nov (19h30-22h)  
**ATELIERS** (14h-18h)

V. 27 nov : *La voie rapide vers soi-même - l'Etre*

D. 10 janv : *La voie du coeur - le pardon*

Mer. 17 mars : *La voie du non-agir - le faire*

S. 12 juin : *La voie du lâcher-prise - l'avoie*

Florian Ransford, praticien formé à l'Institut de l'Auto-accompagnement en pleine présence

Être présent c'est être attentif à ce qui est là, maintenant. Parfois des pensées font perdre contact avec l'instant et amènent à lutter contre lui, ce réflexe peut même devenir une habitude. Ce cycle aide à reprendre contact avec sa lumière intérieure et à faire du présent son allié.

*Mise en présence, méditations puis exploration de divers outils (focusing, travail de Byron Katie, Qi flow).*

**Inscription obligatoire pour les ateliers**

## ■ DANSES SACRÉES ET TRADITIONS DU MONDE

5€ - participation

**ATELIERS** Les jeudis (20h-21h30)  
19 nov, 4 fév, 6 mai

Geneviève Khemtemourian, personne-ressource de la communauté de Findhorn

Méditation en mouvement et prière par le corps, les danses sacrées proposent des gestes simples et signifiants sur des musiques inspirées et inspirantes : un voyage spirituel au cœur des Traditions du monde, une voie de conciliation, un espace de rassemblement au-delà des dogmes et des institutions.

## ■ AINSI PARLA LA BALEINE

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

**CONFÉRENCE ATELIER** V. 20 nov (19h30-21h)

Birgit Von Keller, énergéticienne sonore, certifiée Médecine Traditionnelle Chinoise

Approche non-mentale, de transformation personnelle dans l'énergie du cœur et l'instant présent : Respiration, tai chi, vibrations sonores évoquant eau, caresse prénatale et chants de baleine pour libérer stress et blocages, rencontrer le Soi et retrouver la joie.

## ■ JEÛNE, SPIRITUALITÉ ET SOLIDARITÉ

35€ - pour les 5 soirées

**SESSIONS** Soirée de présentation : Mar. 2 mars (20h-21h)  
Jeûne S. 20 au J. 25 mars

Jean-Claude Noyé, ancien journaliste à l'hebdomadaire La Vie, et François Réfrégiers du Forum104

S'abstenir totalement de nourriture conduit au cœur d'une expérience libératrice, source de sens.

*Les participants se retrouvent chaque soir au Forum104 pour partager leur vécu et se ressourcer intérieurement. Groupe de partage et méditation : samedi et dimanche (18h-19h30), lundi au jeudi (19h30-21h) et rupture du jeûne : jeudi (21h-22h).*

**Inscription obligatoire**



## MÉDITATIONS

**Le Forum104 accueille des groupes de méditants issus de diverses expressions de la tradition chrétienne, mais également de diverses traditions d'Orient et d'Occident. Dans un même lieu, la Crypte, symbolisant le Cœur, l'Unité, mais aussi les profondeurs, chaque groupe de méditants manifeste sa dévotion ou son élan vers le souffle, l'Infini, Dieu, quel que soit le nom qu'on lui donne.**

**Méditations ouvertes à tous, sur une base hebdomadaire ou mensuelle.  
Libre participation aux frais.**

### ■ MÉDITATION DANS L'ESPRIT DU ZEN

Lundi au vendredi (7h30-8h30) à partir du 1<sup>er</sup> sept  
Les vendredis (18h15-19h15) à partir du 4 sept

Suzanne Bény du Forum104

Zazen (assise immobile et silencieuse), marche lente dans la forme du zen. Dans la transmission du père mariste Bernard Rérolle et de Hozumi Roshi, maître et moine zen rinzaï à Kyoto.

*Le premier vendredi du mois, méditation longue avec cérémonie du thé (18h15-20h30).*

### ■ MÉDITATION CHRÉTIENNE DANS L'ESPRIT DE JOHN MAIN

Les lundis à partir du 7 sept (18h30-19h30)

Guy Buchmann de la Communauté Mondiale pour la Méditation Chrétienne (CMMC)

Les samedis (11h-12h) : 12 et 26 sept, 10 oct,  
14 nov, 30 janv, 27 fév, 27 mars, 24 avr, 29 mai, 5 juin

Dominique Boidin du Forum104

Une prière contemplative faisant usage d'un mot de prière ou mantra, pratiquée d'abord par les pères du désert au IV<sup>e</sup> siècle, redécouverte par John Main, moine bénédictin. La méditation chrétienne est un voyage intérieur de silence, d'immobilité et de simplicité.

### ■ MÉDITATION VIPASSANA

Les lundis (20h-21h30)

14 sept, 12 oct, 9 nov, 14 déc, 11 janv, 8 févr, 8 mars,  
12 avr, 10 mai, 14 juin, 12 juil

Gilles de Obaldia de l'association Terre d'éveil

Etre présent à soi et aux autres en cultivant une attention non-jugeante et bienveillante. Conjuguer la pratique de Samatha qui vise à calmer l'esprit, et Vipassana qui permet de voir avec clarté la réalité, la nature des expériences et le vécu du méditant.

### ■ MÉDITATION POUR LA TERRE

Les lundis (20h-21h30)

5 oct, 2 nov, 7 déc, 4 janv, 1<sup>er</sup> fév, 1<sup>er</sup> mars, 3 mai, 7 juin

Christine Kristoff de l'association Anima Terra

Se retrouver dans la présence de notre mère la Terre et rassembler nos intentions pour la soutenir. Ce temps sera introduit par un représentant d'une tradition spirituelle, y compris nouvelles spiritualités et sagesse premières, nous offrant un outil particulier de sa tradition, suivi d'une méditation en silence ou guidée.

### ■ MÉDITATION AVEC LES NARCOTIQUES ANONYMES

Les mardis à partir du 1<sup>er</sup> sept (20h-21h30)

Caroline Coldefy de l'Association Narcotiques Anonymes

Rechercher, par la prière et la méditation, à améliorer notre contact conscient avec Dieu tel que chacun le conçoit. En fin de rencontre, temps de partage autour de la place de la spiritualité quand on se rétablit de l'addiction.

### ■ MÉDITATION : LA VOIE DES SOUFFLES

Les mardis à partir du 8 sept (20h-21h)

Jean-Louis Piétri, enseignant en qi gong et énergétique chinoise, et Annie Trimouillat, exploratrice du Shivaïsme du Cachemire

Invitation à partager des pratiques du souffle pour retrouver cette sensation extatique de joie d'être, d'ouverture aux autres, au Soi, à la dimension divine qui nous habite. Le chant du vivant s'exprime par un cœur éveillé et paisible.

### ■ PRIÈRE DU COEUR OU PRIÈRE DE JÉSUS

Les mercredis (18h15-19h30)

9 sept, 14 oct, 11 nov, 9 déc, 13 janv, 10 fév, 10 mars,  
14 avr, 12 mai, 9 juin

Maguy Bouhin

Avec cette voie spirituelle élaborée dans les déserts d'Égypte (IV<sup>ème</sup> siècle), vivre le cœur-à-cœur avec le Christ-Jésus, grâce à la position de l'assise. Ainsi nous demeurons en Jésus et Jésus demeure dans notre cœur profond.

## MÉDITATIONS

### ■ MÉDITATION DANS L'ESPRIT DE SHANTIVANAM

Les mercredis (18h15-19h30)

16 sept, 21 oct, 18 nov, 16 déc, 20 janv, 17 fév, 17 mars, 21 avr, 19 mai, 16 juin

Véronique Lejoindre, Fatiha Djillali, Éliane Pellet de l'association Les Chemins de Shanti

Pont entre la voie du Christ et l'Advaita Vedanta, cette méditation s'inspire de l'ashram chrétien de Shantivanam (Jules Monchanin et Henri Le Saux).

*Chants de l'ashram, méditation silencieuse, lecture partagée de textes sacrés (Évangiles, Upanishads) et d'écrits des pères spirituels de Shantivanam.*

### ■ MÉDITATION SOUFIE

Les mercredis (20h-21h)

16 sept, 14 oct, 18 nov, 9 déc, 20 janv, 10 fév, 17 mars, 14 avr, 19 mai, 16 juin

Voie Oveyssi de l'Association Soufie MTO France (Maktab Tarighat Oveyssi)

S'évader des bruits du monde extérieur et accueillir en soi la mélodie de l'univers intérieur. Grâce aux exercices de Tamarkoz, rétablir l'harmonie du corps et de l'esprit. Avec les Zekr (chants soufis), s'harmoniser avec le souffle de l'Existence.

### ■ MÉDITATION DANS LE SOUFFLE DE RAMANA MAHARSHI

Les jeudis (18h15-19h30)

3, 10 et 17 sept, 1<sup>er</sup>, 22 et 29 oct, 5 nov, 3 déc, 7 et 28 janv, 4 fév, 25 mars, 1<sup>er</sup> et 22 avr, 6 mai, 3 juin

Martine Le Peutrec du Forum104

« Trouvez la Source : c'est le vrai Cœur. Le monde entier provient d'une seule Source : le Soi ou le Cœur. Cherchez et sondez cette Source d'énergie illimitée. » Ramana Maharshi.

*Chants, lecture d'un texte, silence.*

*Méditation suivie d'un film les 5 nov et 3 juin.*

**“UN VOYAGE  
INTÉRIEUR DE  
SILENCE,  
D'IMMOBILITÉ ET  
DE SIMPLICITÉ.”**

## ■ MÉDITATION DU CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

Les jeudis (18h30-19h30)

24 sept, 15 oct, 19 nov, 17 déc, 21 janv, 18 fév, 18 mars, 15 avr, 20 mai, 17 juin

Swami Devapriyananda, président du Centre Védantique Ramakrishna

De toutes les disciplines du yoga, la méditation est celle qui apporte le plus directement et le plus efficacement le renouveau et la transformation intérieure.

*Chant de mantras et méditation guidée. En attendant l'arrivée du nouveau Swami, Yogindra animera la méditation.*

## ■ MÉDITATION DANS LA TRADITION DE L'ADVAITA VEDÂNTA

Les jeudis (18h45-19h30)

8 oct, 12 nov, 10 déc, 14 janv, 11 févr, 11 mars, 8 avr, 27 mai, 10 juin

Swamini Umananda de la Chinmaya Mission France

Dans la tradition spirituelle de l'Inde, la méditation sur le cœur spirituel, le siège du Soi, permet de rentrer en contact avec le silence intérieur et la paix profonde de notre vraie nature.

## ■ MÉDITATION SOUFIE, LE DHIKR

Les vendredis (20h-21h30)

9 oct, 13 nov, 11 déc, 15 janv, 12 fév, 12 mars, 9 avr, 14 mai, 11 juin

Voie Qadiriya Boudchichiya de l'association Isthme

Partager la saveur du Soufisme par le biais du dhikr (rappel, remémoration). L'influx spirituel véhiculé par ces invocations purifie, illumine et apaise le cœur du pratiquant en quête de réalisation.



# VOIES SPIRITUELLES

Découvrir la diversité des spiritualités  
S'enrichir par le dialogue entre traditions

## ■ DIALOGUES AVEC L'ANGE

**ATELIERS** Les jeudis (19h30-22h)

17 sept, 15 oct, 19 nov, 17 déc, 14 janv,  
11 fév, 11 mars, 15 avr, 20 mai, 17 juin

10€ - participation  
5€ - tarif réduit

Marguerite Kardos, présidente de l'Association pour la Diffusion des Dialogues avec l'Ange (ADDA)

Livre de notre temps et des temps à venir, Dialogues avec l'Ange, continue à s'adresser aux profondeurs de l'être de tous ceux qui ont soif d'une dimension spirituelle et s'interrogent sur leur propre évolution comme sur celle du monde. Une transformation s'accomplit dans le secret de la présence silencieuse et contagieuse de l'Ange, ce plus haut niveau de soi, notre pôle de lumière.

*Lectures à haute voix, méditations et échanges sur des thèmes choisis, sous le regard des Anges sumériens, persans, égyptiens et chrétiens, grâce à l'iconographie.*

## ■ NOS QUÊTES SPIRITUELLES

**ATELIERS** Les lundis (18h30-21h)

28 sept, 12 oct, 2, 16 et 30 nov, 14 déc  
et un samedi (10h-17h) : 30 janv

Libre participation  
aux frais

Ghislaine Petit, psychothérapeute et théologienne,  
Jean François Meuriot, anthropologue et prêtre,  
Frédéric Rochet du Forum104

Pouvoir mettre des mots sur sa quête et son expérience personnelle, la partager avec d'autres chercheurs pour discerner et trouver des clés communes.

*Témoignages extérieurs, temps personnel, partages en petits groupes. Parcours à suivre dans son intégralité*

## ■ ITINÉRAIRES SPIRITUELS ET INTER-CONVICTIONNELS

**ATELIERS** Les vendredis (19h30-21h30)

2 oct, 6 nov, 4 déc, 8 janv, 12 fév, 5 mars, 9 avr,  
7 mai, 4 juin

Libre participation  
aux frais

En partenariat avec le Groupe d'Amitié Islamo-Chrétienne (GAIC)

Khaled Roumo, auteur et poète, Hubert de Chergé du GAIC, Martine Le Peutrec et Bill Shankland du Forum104  
Chaque rencontre s'organise autour de deux intervenants qui mettent en partage les moments forts de leur quête de sens de façon simple et sincère.

Comment est-on appelé par l'Insondable à travers un itinéraire particulier et comment cet itinéraire s'inscrit ou non dans un cheminement communautaire ?

Un itinéraire se partage et ne se discute pas. Aucun esprit missionnaire ne préside aux échanges.

## ■ SE GOÛTER UN EN DIEU UNE APPROCHE NON DUELLE DE LA SPIRITUALITÉ CHRÉTIENNE

**CONFÉRENCE** V. 9 oct (19h30-21h30)

**SESSION** S. 10 et D. 11 oct (9h-17h)

10€ - la conférence  
5€ - tarif réduit  
180€ - la session  
140€ - tarif réduit

Nils Phildius, pasteur et animateur de La Maison bleu ciel et Anne Dorcas-Phildius, animatrice d'expression créative et art-thérapeute

Destiné à tous les chercheurs spirituels – chrétiens ou non – qui désirent mettre en résonance leurs expériences intérieures et la tradition chrétienne, emprunter un chemin vers l'unification de l'être et vers le Royaume de l'UN.

*Méditation guidée ou silencieuse, lecture de textes bibliques, temps de créativité.*

**Inscription obligatoire pour la session**

## ■ ENTREZ DANS L'INTIMITÉ DE L'UNIVERS TORAÏQUE

**CONFÉRENCES ATELIERS** Les mardis (19h30-21h30)

13 oct, 10 nov, 8 déc, 12 janv, 9 fév, 9 mars, 13 avr,  
11 mai, 8 juin

Libre participation  
aux frais

Gabriel Hagai, juif orthodoxe et rabbin

Entrer dans la connaissance de l'hébreu et du texte biblique.

*Etude de termes spécifiques et de versets choisis, pratique d'exercices spirituels dans la tradition mystique non-dualiste du Judaïsme séfarde.*

## ■ ENTREZ DANS L'INTIMITÉ DE L'UNIVERS CORANIQUE

**CONFÉRENCES ATELIERS** Les vendredis (18h30-20h30)

16 oct, 20 nov, 18 déc, 22 janv, 19 fév, 19 mars, 16 avr,  
21 mai, 18 juin

Libre participation  
aux frais

Khaled Roumo, auteur et poète

Mettre les trésors spirituels du message coranique à la portée de toute personne qui cherche sens à sa vie. Se centrer sur l'essentiel, faire confiance à sa propre expérience, accueillir celle d'autrui, élargir le champ des interprétations.

## ■ AINSI PARLAIT RAMANA MAHARSHI

Libre participation  
aux frais

**GRUPE DE LECTURE** Les mardis (18h30-20h30)  
22 sept, 20 oct, 17 nov, 15 déc, 19 janv, 16 mars,  
20 avr, 18 mai, 15 juin

Martine Le Peutrec du Forum104

À partir du livre « Ainsi parlait Ramana Maharshi », nous laisser rejoindre et questionner par l'expérience spirituelle du sage contemporain.

*Lecture méditative à haute voix suivie d'un temps d'échange.*

## ■ PAYSAGE(S) DE LA SPIRITUALITÉ CONTEMPORAINE : SE REPÉRER DANS CE KALÉIDOSCOPE

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

**CONFÉRENCE ATELIER** J. 12 nov (19h30-22h)

Julia Itel, auteure et doctorante en sociologie de religions  
Le monde traverse aujourd'hui une crise existentielle majeure. La spiritualité peut alors être perçue comme une ressource indispensable pour accompagner une transition intérieure en conscience. Cependant, sa voie se révèle multiple. Quelques clés sont nécessaires pour se repérer dans le champ spirituel contemporain.

## ■ LES CHEMINS DE LA BIBLE : EN ATTENTE D'UN NOUVEAU MONDE

45€ - participation  
35€ - tarif réduit

**ATELIERS** Les dimanches (9h30-17h)

15 nov : *Utopies et discernement*

25 avr : *Entrer dans le Royaume des Cieux*

Monique Durand-Wood et Bill Shankland de La Maison de Tobie  
Ambiance musicale et silence, détente corporelle, approfondissement de l'Écriture et de ses symboles, méditation, partage et convivialité nous permettent d'approcher la parole vivante des textes inspirés et d'en nourrir notre existence au quotidien pour favoriser la paix du cœur, la joie et la créativité.

**Inscription obligatoire**

## ■ PRATIQUE DU ZEN AVEC UN MAÎTRE JAPONAIS

50€ - participation  
repas inclus

**ATELIER** Mer. 3 fév (9h-18h)

Une journée de sesshin dans la tradition du zen rinzai, sous la guidance de Hôzumi Rôshi, maître zen venant de Kyoto, engagé dans le dialogue inter-monastique depuis 40 ans.

*Expérience de la pratique du zen nécessaire.*

## ■ QUI EST JÉSUS-CHRIST POUR VOUS ?

10€ - participation  
5€ - tarif réduit

**ATELIER** J. 5 fév (19h30-22h)

Yvon Le Mince, prêtre, Khaled Roumo, auteur et poète, Philippe Dautais, prêtre orthodoxe et Martine Le Peutrec du Forum104

Loin de tout dogmatisme et de toute préoccupation d'orthodoxie, chaque intervenant partagera ce qui lui vient du plus profond de lui-même concernant ce personnage qui a traversé des siècles. Mais est-il toujours vraiment aussi inspirant que certains osent le prétendre encore aujourd'hui ?

*Témoignages, échanges en petits et grand groupe.*

## ■ INITIATION À LA CONTEMPLATION CHRÉTIENNE ET À LA PRIÈRE DU CŒUR

180€ - participation  
140€ - tarif réduit

**SESSION** S. 10 au D. 11 avr (9h-17h)

Lydia Johanna Louis de l'association Via Cordis

Par la contemplation et la Prière du cœur, accueillir le souffle de Jésus ressuscité, le laisser agir en nous en toute confiance.

*Session en silence, bâtie autour du verset de l'Évangile « Jésus souffla sur eux et leur dit : Recevez l'Esprit-Saint » (Jean 20,22) : méditation/célébration, assise, marche méditative, chants méditatifs, travail corporel.*

**Inscription obligatoire**





## ■ L'EXPÉRIENCE DE DIEU : QUELLES RÉPERCUSSIONS AU QUOTIDIEN ?

Libre participation  
aux frais

ATELIER | D. 9 mai (9h45-17h)

En partenariat avec les Itinéraires Spirituels Bahria Reguieg, Martine Le Peutrec du Forum104 et Khaled Roumo, auteur et poète

On est appelé par Dieu individuellement à travers un itinéraire particulier, dans une solitude absolue. Cette rencontre est toujours bouleversante, elle ne s'inscrit pas forcément dans un cheminement communautaire ou selon une tradition spécifique.

*Témoignages et partages.*

## ■ L'ATHÉISME : NÉGATION DE DIEU OU QUÊTE DE L'ABSOLU ?

150€ - les 3 jours  
60€ - la journée

SESSION | V. 4 au D. 6 juin (9h30-17h)

En partenariat avec l'association Les Amis de frère John Martin  
John Martin, moine bénédictin, résidant à l'ashram de Jyothivanam (Inde)

Comprendre les athées, les agnostiques : est-ce une étape importante dans l'évolution spirituelle de l'humanité ? Nos cœurs aspirent à dépasser le côté obscur des religions, au-delà du théisme et de l'athéisme, à faire l'expérience spirituelle d'un Dieu de liberté et d'unité, ouvrant la porte à une Réalité Absolue qui pourrait rassembler les hommes. Jésus-Christ nous invite à grandir dans une spiritualité au-delà des étiquettes religieuses, qu'il nomme Royaume de Dieu.

*Enseignements, méditations, échanges, rituels.  
Traduction anglais français.*

**“S'ENRICHIR  
PAR LE  
DIALOGUE ENTRE  
TRADITIONS.”**



## CÉLÉBRATIONS

Plusieurs célébrations spirituelles et inter-spirituelles permettent de réunir tous les méditants qui le souhaitent. Ce qui nous importe est de préparer la soirée ensemble puis de célébrer l'Amour et l'Unité, quel que soit le nom qu'on lui donne, par la lecture de textes, la prière, la méditation, les chants, les mantras, la danse, le silence.

Libre participation aux frais.

### ■ DIVALI, CÉLÉBRATION DE LA LUMIÈRE S. 31 oct (18h-20h30)

Swami Baneshananda, président du Centre Védantique Ramakrishna

Divali est la fête de la lumière dans la tradition hindoue. La lumière intérieure doit éliminer toute obscurité intérieure par une joyeuse fête qui permet de partager la joie avec tous. Que le Suprême nous inonde de Ses bénédictions.

### ■ CÉLÉBRONS LA PAIX ! J. 26 nov (19h30-21h30)

Soirée méditative animée par une équipe du Forum104 et des membres d'associations présentes au Forum104.

### ■ UNE EUCHARISTIE POUR AUJOURD'HUI Les samedis (19h-22h) 5 déc, 20 mars, 12 juin

Une équipe du Forum104

Messe créative et participative, construite à partir et autour de l'évangile du dimanche. On prie, on médite en silence, on chante, on échange, on écoute des témoins de notre monde. On découvre la profondeur d'une parole toujours actuelle et on savoure la fraternité dans le partage du pain et du vin.

### ■ CÉLÉBRATION INTER-SPIRITUELLE S. 22 mai (19h-21h)

Bill Shankland, Martine Le Peutrec et une équipe du Forum104

Soirée méditative inter-associative, inter-religieuse, inter-spirituelle.

## LES SPECTACLES DU Forum104

Se mettre à l'écoute d'œuvres théâtrales et musicales  
S'ouvrir à d'autres univers et rencontrer des créateurs

## ■ MOI, DIAN FOSSEY

THÉÂTRE Mer. 30 sept à 20h

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Stéphanie Lanier, comédienne, mise en scène de Gérard Vantaggioli, texte de Pierre Tré-Hardy  
Dans les brumes des Volcans Virungas, un matin de décembre 1985, Dian Fossey est sauvagement assassinée. Le camp qu'elle y avait construit afin d'être au plus près des derniers gorilles des montagnes est saccagé. Son meurtre restera un mystère. Son livre, Gorilles dans la brume, a connu un succès mondial. Ce spectacle, en forme de conte fait connaître son histoire, exemple accompli d'une résilience.

## ■ HOMMAGE À ALAIN KREMSKI

CONCERT D. 6 déc (17h-20h)

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Concert et textes interprétés par de nombreux artistes. Projection d'un film à 19h.  
Inscription obligatoire

## ■ THÉS LITTÉRAIRES

LECTURE THÉÂTRALISÉE autour d'un thème à 15h  
D. 13 déc, D. 7 mars, S. 19 juin

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Jean-Claude Penchenat, metteur en scène, Inès de Beaupuis et une équipe de comédiens  
Un groupe d'acteurs-lecteurs se réunit autour de Jean-Claude Penchenat pour réinventer un répertoire de lecture : roman, correspondance, journal, théâtre, poésie, chanson, musique...

## ■ DES MOTS QUI JAZZENT

CONCERT V. 12 mars à 19h30

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Bahria, chant et poésie, Carles GR, guitare et Kader Bendjeriou, contrebasse  
Un voyage poétique et musical au son du jazz, du blues et de la bossa nova.

## ■ CONVERSATIONS MUSICALES

CONCERT V. 28 mai à 19h30

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

Inès de Beaupuis, piano et chant, Pascal Pallisco, accordéon et Alain Meignant, saxophone  
Quand le chant, le piano, l'accordéon, le saxo se réunissent autour d'un nouveau répertoire.

## ■ ON N'EST PAS AU BOUT DE NOS JOIES

THÉÂTRE Mer. 2 juin à 19h30

15€ - participation  
10€ - tarif réduit

France-Léa, comédienne et chanteuse  
Un florilège d'histoires et de chansons évoquant nos problèmes existentiels avec humour, tendresse et émotion.



## LE Forum104 SOUTIENT LES INITIATIVES SOLIDAIRES



### ■ LE TOIT DU MONDE

S. 12 au D. 13 déc (9h-17h)  
S. 29 au D. 30 mai (9h-17h)

Vente d'artisanat au profit d'enfants et de vieillards tibétains réfugiés en Inde et au Népal.

### ■ LES ENFANTS DES RUES DE PONDICHÉRY

S. 28 et D. 29 nov (9h-17h)

Vente de produits de l'artisanat indien au profit d'enfants défavorisés, d'orphelins et d'handicapés.

# AVEC LA CHAPELLE NOTRE-DAME DES ANGES, (re)découvrir l'expérience chrétienne

Le Forum104 partage son entrée avec celle de la chapelle Notre-Dame des Anges et vit en lien étroit avec la communauté chrétienne qui l'anime. Certains de ses membres sont d'ailleurs engagés ou participent aux activités du Forum104 afin de vivre concrètement la rencontre et le dialogue.

La communauté sera heureuse de vous accueillir si vous souhaitez découvrir la singularité de l'expérience chrétienne. Lieu ouvert, la chapelle est un espace de silence, de paix et de beauté. Un accueil et une écoute sont proposés. Les célébrations, attentives à la simplicité et à la beauté de l'Évangile, aimeraient manifester l'accueil miséricordieux que le Christ manifeste pour chacun.

Concerts, théâtre, événements artistiques, partages spirituels, débats d'actualité et autres propositions sont régulièrement organisés dans ce lieu.

**Messes :** jeudi à 19h, dimanche à 10h30 et 19h  
**Accueil :** lundi au vendredi de 16h30 à 18h30, samedi de 15h30 à 17h30 hors vacances scolaires  
**Baptêmes, mariages, funérailles :** s'adresser à l'accueil de la chapelle ou au 01 42 22 97 57 (répondeur)  
**Prêtre accompagnateur :** Dominique Lang, assumptionniste

Consultez le Blog :

[chapellenotredamedesanges.wordpress.com](http://chapellenotredamedesanges.wordpress.com)

## Forum104 PRATIQUE

### • Ouverture de l'accueil

**Lundi au vendredi :** 8h30 à 12h30 - 13h30 à 20h30

**Samedi et dimanche :** 8h30 à 12h - 13h30 à 18h

Ouvert toute l'année sauf au mois d'août et pendant les vacances de Noël

### • Pour se rendre au Forum104

**Métro :** lignes 4, 6, 12, 13

Arrêts : St Placide, Montparnasse, Rennes, Duroc

**Bus :** 89, 91, 92, 94, 95, 96

Arrêts : Rennes - Rue Littré ou Montparnasse

**Parking :** 155 rue de Rennes

Le Forum104 est accessible aux personnes à mobilité réduite sauf salles situées en rez-de-jardin.

Les programmes comportent un tarif normal et un tarif réduit réservé aux adhérents, étudiants, jeunes de moins de 25 ans et demandeurs d'emploi.

Pour participer aux événements réguliers tels que les méditations, le qi gong et le hatha-yoga, il est nécessaire d'être adhérent au Forum104.

**Pour renseignement :** [contact@forum104.org](mailto:contact@forum104.org)

**Pour réserver une salle :** [planning@forum104.org](mailto:planning@forum104.org)

**Pour consulter notre programme ou s'inscrire à un événement :**

[www.forum104.org](http://www.forum104.org)



POUR NOUS  
RETROUVER

Le Wifi est accessible dans l'ensemble du Forum104 excepté le jardin.

Ce programme étant construit en pleine pandémie du Covid19 et compte tenu des incertitudes de ces prochains mois, Le Forum104 se donne la possibilité de modifier sa programmation en présentiel ou à distance (réunions en ligne, webinaires) pour coller à l'évolution de l'épidémie et à l'actualité. Merci de consulter régulièrement notre site internet ou de vous inscrire à notre newsletter pour être tenu informé.



# DÉCOUVREZ PRÉSENCE

**Le livre-magazine des chercheurs de sens**  
Spiritualité, croissance de la personne, vie en société

Présence, édité par le Forum104, explore en profondeur les grandes thématiques humaines et spirituelles de notre temps à travers des articles de fond, des reportages et des témoignages.

Les contributeurs sont des intervenants du Forum104 et plus largement des chercheurs, des penseurs, des auteurs et des personnes de terrain de divers horizons et traditions spirituelles qui, par leurs réflexions et inspirations inédites, nous guident sur les chemins de notre quête.

Chaque livre-magazine peut être acheté à l'accueil du Forum104, à l'unité (12€, 15€ et 17€) ou 25€ pour deux numéros, 35€ pour trois numéros ou 45€ pour quatre numéros. Vous pouvez aussi les commander par courrier en retournant le bon de commande ci-dessous, accompagné d'un chèque (*tarifs ci-dessous frais de port inclus*).



## BON DE COMMANDE PRÉSENCE

Prénom \_\_\_\_\_

NOM \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Cochez les numéros choisis :

n°1 (15€)    n°2 (18€)    n°3 (18€)    n°4 (18€)

Deux numéros : 30€, trois numéros : 40€, quatre numéros : 50€  
(frais de port inclus)

À envoyer à : Forum104 - Présence  
104 rue de Vaugirard - 75006 PARIS



# INTERVENANTS

## A

AMOUREUX Chantal 10  
ARCHIERI Marie-José 15

## B

BANESHANANDA Swami 50  
BARANSKI Laurence 10  
BARONNIE Philippe 36  
BEAUPUIS Inès (de) 33-52  
BENDJERIOU Kader 52  
BÉNY Suzanne 38  
BODAN Fabienne 15  
BOIDIN Dominique 14-18-38  
BOMPY Emmanuel 17  
BOUHIN Maguy 39  
BUCHMANN Guy 38

## C

CANSOT Audrey 20  
CHAMPOUGNY Jean-Luc 21  
CHANFREAU Sandrine 28  
CHERGÉ Hubert (de) 44  
CHÉRIEZ Anne 32-34  
CHÉRIEZ Claudine 34  
CLOTUCHE Éric 26  
COLDEFY Caroline 39

## D

DAUTAIS Philippe 47  
DELACROIX Jean-Marie 24  
DEREMBLE Jean-Paul 33  
DEVAPRIYANANDA Swami 42  
DILLENSEGER Marie-Pierre 18  
DJILLALI Fatiha 41  
DOAN Thi Bich 10  
DORCAS-PHILDIUS Anne 45  
DORVAUX Guillaume 21  
DRANSART Philippe 30  
DURAND-WOOD Monique 46

## E

EREAU Réjane 10

## F

FOOZ Sébastien (de) 14  
FRANCE-LÉA 53

## G

GABLIER Miriam 10  
GAUDOT Edouard 10  
GOUX Jean-Pierre 10  
GR Carles 52

## H

HAGAI Gabriel 45  
HONORÉ Stéphanie 10  
HÖZUMI Rôshi 46

## I

ITEL Julia 46

## K

KARDOS Marguerite 44  
KERISEL Loïc 24  
KHEMTEMOURIAN Geneviève 37  
KIRSCH Joëlle 30  
KLEIN Étienne 21  
KRISTOF Christine 20-22-25-39

## L

LAFORTUNE Aurore 20  
LANIER Stéphanie 32-52  
LAVAUUR Sophie 15  
LECHAU Julia 34  
LEJOINDRE Véronique 41  
LE MINCE Yvon 47  
LE PEUTREC Martine  
41-44-46-47-49-50  
LOUIS Lydia Johanna 47

## M

MALTCEFF Ivan 12  
MANCUSO Emmanuel 14  
MARTIN John 49  
MEIGNANT Alain 52  
MERLE Christian 17  
MEURIOT Jean-François 44  
MORISSON Jocelyn 21  
MURAT Anne 20-22

## N

NOYÉ Jean-Claude 37

## O

OBALDIA Gilles (de) 38

## P

PALLISCO Pascal 52  
PELLET Éliane 41  
PENCHENAT Jean-Claude 33-52  
PENET Agnès 26  
PETIT Ghislaine 44  
PHILDIUS Nils 45  
PIÉTRI Jean-Louis 36-39

## R

RAMIREZ Daniel 14-15  
RANSFORD Florian 18-36  
RÉFRÉGIERS François 37  
REGUIEG Bahria 49-52  
REZNIKOFF Iégor 33  
RIOT Stéphane 26-28  
ROCHET Frédéric 44  
ROLLIN Marion 24  
ROUMO Khaled 44-45-47-49  
ROUZIER Gérard 32

## S

SARGOS Oriane 21  
SCHERRER Dina 25  
SEGUIN Valérie 26-28  
SHANKLAND Bill 44-46-50  
SOKOL Marc 28

## T

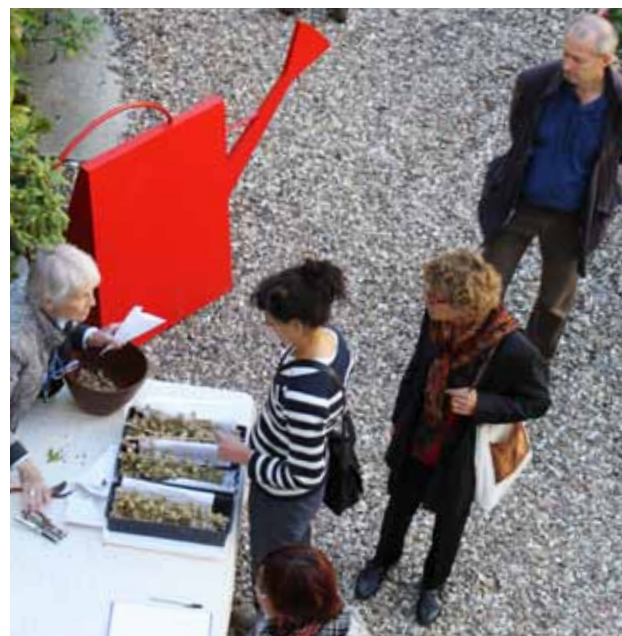
TRIMOULLAT Annie 39

## U

UMANANDA Swamini 42

## V

VANTAGGIOLI Gérard 52  
VAREILLES Christophe (de) 28  
VEYRAC Céline (de) 14  
VIVERET Patrick 22  
VON KELLER Birgit 37



# LE Forum104 AU FIL DES JOURS

## SEPTEMBRE

<b>J. 10</b>	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
<b>J. 10</b>	Dire la Bible	32
<b>D. 13</b>	Journée Portes ouvertes	8
<b>L. 14</b>	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
<b>L. 14</b>	Cercles de pardon	24
<b>J. 17</b>	Dialogues avec l'Ange	44
<b>S. 19</b>	Café-philosophie	14
<b>Ma. 22</b>	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
<b>Me. 23</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>J. 24</b>	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
<b>V. 25</b>	Des chemins et des hommes	14
<b>S. 26</b>	Vers une nouvelle conscience collective (parcours 2019-2020)	10
<b>L. 28</b>	Nos quêtes spirituelles	44
<b>Me. 30</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>Me. 30</b>	Apéro-livres	15
<b>Me. 30</b>	Moi, Dian Fossey	52

## OCTOBRE

<b>V. 2</b>	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
<b>V. 2</b>	Saison philosophique	15
<b>WE 3-4</b>	S'exprimer et créer avec la peinture	32
<b>Ma. 6</b>	Cultiver sa transition intérieure	20
<b>Me. 7</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>Me. 7</b>	Nos discernements	15
<b>J. 8</b>	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
<b>J. 8</b>	Art et spiritualité	33
<b>J. 8</b>	Dire la Bible	32
<b>V. 9</b>	Se goûter un en Dieu	45
<b>S. 10</b>	Café-philosophie	14
<b>WE 10-11</b>	Se goûter un en Dieu	45
<b>WE 10-11</b>	S'exprimer et créer avec la peinture	32
<b>L. 12</b>	Nos quêtes spirituelles	44
<b>L. 12</b>	Comment faire face à l'inconnu de la mort ?	28
<b>Ma. 13</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
<b>Ma. 13, Me. 14</b>	Contes et transformations	28
<b>Me. 14</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>J. 15</b>	Dialogues avec l'Ange	44
<b>V. 16</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
<b>V. 16</b>	Le Tao, art de vivre et chemin intérieur	28
<b>Ma. 20</b>	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
<b>Me. 21, J. 22</b>	Le travail qui relie	20
<b>L. 26</b>	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
<b>S. 31</b>	Divali, célébration de la lumière	50

## NOVEMBRE

<b>L. 2</b>	Nos quêtes spirituelles	44
<b>L. 2</b>	Comment faire face à l'inconnu de la mort ?	28
<b>J. 3</b>	Comment la vie du monde résonne-t-elle en moi ?	12
<b>Me. 4</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>Me. 4</b>	Les voies de la présence	36
<b>J. 5</b>	Cultiver sa transition intérieure	20
<b>V. 6</b>	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
<b>L. 9</b>	Cercles de pardon	24
<b>Ma. 10</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
<b>J. 12</b>	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
<b>J. 12</b>	Dire la Bible	32
<b>J. 12</b>	Paysage(s) de la spiritualité contemporaine	46
<b>S. 14</b>	Café-philosophie	14
<b>D. 15</b>	Tous au jardin !	8
<b>D. 15</b>	Les chemins de la Bible	46
<b>L. 16</b>	Nos quêtes spirituelles	44
<b>Ma. 17</b>	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
<b>Ma. 17</b>	Repenser la France et le monde post-covid	12
<b>Ma. 17</b>	Pour un futur désirable, quelle transition sociale, démocratique	17
<b>Me. 18</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>J. 19</b>	Dialogues avec l'Ange	44
<b>J. 19</b>	Danses sacrées et traditions du monde	37
<b>V. 20</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
<b>V. 20</b>	Ainsi parla la baleine	37
<b>S. 21</b>	Choisir sa vie, aujourd'hui	17
<b>WE 21-22</b>	Lecture à haute voix	33
<b>L. 23</b>	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
<b>L. 23, Ma. 24</b>	La pleine conscience en psychothérapie	24
<b>Me. 25</b>	Voyage au cœur de la matière	14
<b>J. 26</b>	Célébrons la paix	50
<b>V. 27</b>	Des chemins et des hommes	14
<b>V. 27</b>	Les voies de la présence	36
<b>WE 28-29</b>	Les Enfants Des Rues de Pondichéry : vente solidaire	53
<b>L. 30</b>	Nos quêtes spirituelles	44

## DÉCEMBRE

<b>V. 4</b>	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
<b>S. 5</b>	Café-philosophie	14
<b>S. 5</b>	Une eucharistie pour aujourd'hui	50
<b>D. 6</b>	Hommage à Alain Kremski	52
<b>D. 6</b>	Un dimanche au jardin, méditer et agir pour la terre...	25
<b>L. 7</b>	Cercles de pardon	24
<b>Ma. 8</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
<b>Ma. 8</b>	Chant chrétien antique : réveiller la source profonde	33
<b>Me. 9</b>	Apéro-livres	15
<b>Me. 9</b>	Cultiver sa transition intérieure	20
<b>Me. 9</b>	Nos discernements	15
<b>J. 10</b>	Assemblée générale	8
<b>J. 10</b>	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
<b>J. 10</b>	Dire la Bible	32
<b>S. 12</b>	Le Tao, art de vivre et chemin intérieur	28
<b>WE 12-13</b>	Le Toit du Monde : vente solidaire	53
<b>D. 13</b>	Thé littéraire	52
<b>L. 14</b>	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
<b>L. 14</b>	Nos quêtes spirituelles	44
<b>Ma. 15</b>	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
<b>Me. 16</b>	Comment la vie du monde résonne-t-elle en moi ?	12
<b>Me. 16</b>	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
<b>J. 17</b>	Dialogues avec l'Ange	44
<b>V. 18</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45



# LE Forum104 AU FIL DES JOURS

## JANVIER

V. 8	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
WE 9-10	Du sens de la maladie au sens de la vie	30
WE 9-10	S'exprimer et créer avec la peinture	32
D. 10	Les voies de la présence	36
L. 11	Cercles de pardon	24
L. 11	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
Ma. 12	Art et spiritualité	33
Ma. 12	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
Me. 13	Voyage au cœur de la matière	14
J. 14	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
J. 14	Dialogues avec l'Ange	44
J. 14	Dire la Bible	32
V. 15	Saison philosophique	15
V. 15	D'un monde à l'autre : changer de paradigme	20
S. 16	Le Tao, art de vivre et chemin intérieur	28
WE 16-17	S'exprimer et créer avec la peinture	32
L. 18	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
Ma. 19	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
Ma. 19	Comment la vie du monde résonne-t-elle en moi ?	12
Me. 20	Nos discernements	15
V. 22	Des chemins et des hommes	14
V. 22	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
S. 23	Café-philosophie	14
L. 25	Comment faire face à l'inconnu de la mort ?	28
Me. 27	Voyage au cœur de la matière	14
S. 30	Nos quêtes spirituelles	44
S. 30	Sommes-nous créateurs de notre futur ?	21
D. 31	Un dimanche au jardin, méditer et agir pour la terre...	25

## FÉVRIER

L. 1 <sup>er</sup>	Accompagner avec l'arbre de vie	25
Me. 3	Pratique du zen avec un maître japonais	46
J. 4	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
J. 4	Danses sacrées et traditions du monde	37
V. 5	Qui est Jésus-Christ pour vous ?	47
L. 8	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
L. 8	Cercles de pardon	24
Ma. 9	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
Me. 10	Voyage au cœur de la matière	14
Me. 10	Apéro-livres	15
J. 11	Dire la Bible	32
J. 11	Dialogues avec l'Ange	44
V. 12	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
V. 12	D'un monde à l'autre : changer de paradigme	20
S. 13	Café-philosophie	14
L. 15, Ma. 16	Oser réaliser ce que nous désirons	30
J. 18, V. 19	Le travail qui relie	20
V. 19	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
Ma. 23	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
WE 27-28	Oser être clown, oser être soi	26
D. 28	Un dimanche au jardin, méditer et agir pour la terre...	25

## MARS

L. 1 <sup>er</sup>	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
Ma. 2	Pour un futur désirable, quelle transition sociale, démocratique	17
Ma. 2	Jeûne, spiritualité et solidarité (présentation)	37
J. 4, V. 5	Contes et transformations	28
V. 5	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
WE 6-7	S'exprimer et créer avec la peinture	32
S. 7	Thé littéraire	52
L. 8	Cercles de pardon	24
Ma. 9	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
Ma. 9	Guérison avec la physique quantique et l'énergétique chinoise	18
Me. 10	Nos discernements	15
J. 11	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
J. 11	Dire la Bible	32
J. 11	D'un monde à l'autre : changer de paradigme	20
J. 11	Dialogues avec l'Ange	44
V. 12	Des mots qui jazzent	52
WE 13-14	S'exprimer et créer avec la peinture	32
D. 14	Tous au jardin !	8
Ma. 16	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
Ma. 16	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
Me. 17	Voyage au cœur de la matière	14
Me. 17	Comment la vie du monde résonne-t-elle en moi ?	12
Me. 17	Les voies de la présence	36
V. 19	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
S. 20	Café-philosophie	14
S. 20	(Re)Trouver la confiance intérieure	26
S. 20	Une eucharistie pour aujourd'hui	50
s. 20 / J. 25	Jeûne, spiritualité et solidarité (pratique)	37
D. 21	Le Tao, art de vivre et chemin intérieur	28
V. 26	Des chemins et des hommes	15
v. 26 / D. 28	Forum des chemins de pèlerinage	18
Me. 31	Voyage au cœur de la matière	14
Me. 31	Coosphère : découvrir une nouvelle dimension à la coopération	21

## AVRIL

J. 1 <sup>er</sup>	Jeunes de l'hyper-génération, bousculez-nous !	21
L. 5	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
Ma. 6	Art et spiritualité	33
J. 8	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
J. 8	Dire la Bible	32
J. 8	Osons les jours heureux !	22
V. 9	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
WE 10-11	Initiation à la contemplation chrétienne et prière du cœur	47
L. 12	Cercles de pardon	24
L. 12	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
Ma. 13	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
Me. 14	Voyage au cœur de la matière	14
Me. 14	Apéro-livres	15
Me. 14	Comment la vie du monde résonne-t-elle en moi ?	12
Me. 14	Nos discernements	15
J. 15	Dialogues avec l'Ange	44
J. 15	D'un monde à l'autre : changer de paradigme	20
V. 16	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
L. 19, Ma. 20	Le travail qui relie	20
Ma. 20	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
S. 24	Café-philosophie	14
D. 25	Les chemins de la Bible	46
L. 26, Ma. 27	Peinture et conscience corporelle	34

# LE Forum104 AU FIL DES JOURS

## MAI

<b>WE 1<sup>er</sup>-2</b>	La blessure et le souffle	26
<b>J. 6</b>	Danses sacrées et traditions du monde	37
<b>V. 7</b>	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
<b>V. 7</b>	D'un monde à l'autre : changer de paradigme	20
<b>S. 8</b>	D'où venons-nous, où allons-nous ?	18
<b>D. 9</b>	L'expérience de Dieu : répercussions au quotidien ?	49
<b>L. 10</b>	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
<b>Ma. 11</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
<b>WE 15-16</b>	S'exprimer et créer avec la peinture	32
<b>L. 17</b>	Cercles de pardon	24
<b>Ma. 18</b>	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
<b>Ma. 18</b>	Écouter l'extraordinaire - INREES	17
<b>Ma. 18</b>	Pour un futur désirable, quelle transition sociale, démocratique	17
<b>Me. 19</b>	Nos discernements	15
<b>J. 20</b>	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
<b>J. 20</b>	Dire la Bible	32
<b>J. 20</b>	Dialogues avec l'Ange	44
<b>V. 21</b>	Saison philosophique	15
<b>V. 21</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
<b>S. 22</b>	Choisir sa vie, aujourd'hui	17
<b>S. 22</b>	Café-philosophie	14
<b>S. 22</b>	Célébration inter-spirituelle	50
<b>WE 22-23</b>	S'exprimer et créer avec la peinture	32
<b>Ma. 26</b>	Comment la vie du monde résonne-t-elle en moi ?	12
<b>V. 28</b>	Des chemins et des hommes	15
<b>V. 28</b>	Conversations musicales	52
<b>WE 29-30</b>	Le Toit du Monde : vente solidaire	53
<b>WE 29-30</b>	Lecture à haute voix	33

## JUIN

<b>Ma. 1<sup>er</sup></b>	Chant chrétien antique : réveiller la source profonde	33
<b>Me. 2</b>	On n'est pas au bout de nos joies	53
<b>V. 4</b>	Itinéraires spirituels et inter-convictionnels	44
<b>V. 4 au D. 6</b>	L'athéisme : négation de Dieu ou quête d'absolu ?	49
<b>V. 4 au D. 6</b>	Coosphère : découvrir une nouvelle dimension à la coopération	21
<b>D. 6</b>	Un dimanche au jardin, méditer et agir pour la terre...	25
<b>Ma. 8</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers toraïque	45
<b>Ma. 8</b>	Graines des possibles ou les courants émergents d'écologie	22
<b>J. 10</b>	Interroger son histoire familiale en atelier d'écriture	24
<b>J. 10</b>	Fête du Forum104	8
<b>S. 12</b>	Le Tao, art de vivre et chemin intérieur	28
<b>S. 12</b>	Les voies de la présence	36
<b>S. 12</b>	Une eucharistie pour aujourd'hui	50
<b>L. 14</b>	Retrouver son élan créateur par le jeu théâtral	32
<b>L. 14</b>	Cercles de pardon	24
<b>Ma. 15</b>	Ainsi parlait Ramana Maharshi	46
<b>Me. 16</b>	Apéro-livres	15
<b>Me. 16</b>	Nos discernements	15

<b>J. 17</b>	Dire la Bible	32
<b>J. 17</b>	Dialogues avec l'Ange	44
<b>V. 18</b>	Entrez dans l'intimité de l'univers coranique	45
<b>S. 19</b>	Café-philosophie	14
<b>S. 19</b>	Thé littéraire	52

## JUILLET

<b>V. 2</b>	Saison philosophique	15
<b>S. 10</b>	Café-philosophie	14
<b>WE 10-11</b>	Peinture et conscience corporelle	34





# Forum104

espace de rencontre  
culturel & spirituel

---

Forum104  
104 rue de Vaugirard  
75006 PARIS  
01 45 44 01 87

[www.forum104.org](http://www.forum104.org)

