



# MÉDITATION

# STAGE DE RECONNEXION

*Pratique de la Présence & Bienveillance*

18 / 19 / 20 Décembre 2021

**Formulaire à renvoyer à l'adresse:**

Sylvain Mira Centre NIJI - 624 chemin des moulins - 32600 Pujaudran

Nom Prénom: \_\_\_\_\_

Profession: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

@Mail: \_\_\_\_\_

Tél: \_\_\_\_\_

**Lieu du stage : Centre NIJI avenue de toulouse 32600 Pujaudran**

**Tél :**0606452943

**Mail:** centre.niji@yahoo.com

**Durée du Stage:** 3 jours

---

## **Développement de la Méditation, retraite de pratique spirituelle.**

**Objectif:** Retrouver l'harmonie et le lien à soi, aux autres et au réel.

**Programme:** Stage sur trois jours

Thème 1er jour: *La relation à Soi, écoute authentique et harmonie intime*

Thème 2ème jour: *Notre relation à nos proches et aux autres, Transformer ou Accepter, Ego*

Thème 3ème jour : *Le langage du réel, entrer en relation avec le monde, Loi d'attraction*

**Enseignement:** travail centré sur la présence et les pratiques de compassion

**Pratiques alternées:** préparation corporelle - calme mental - Méditastuces - méditation positive - techniques de conscience - assise sans forme - méditations émotionnelles du Dôme.

**Condition d'admission et public:** Ouvert à tous, même sans expérience de la Méditation.

**TARIFS:** 180e (collations incluses) 60e d'arrhes + 120e au début du stage.

**Inscription:** Votre inscription est validée à la réception de ce dossier avec des arrhes de 60e par chèque à l'ordre de Mira formation

**Adresse d'envoi:** Sylvain Mira 624 chemin des moulins 32600 Pujaudran

*Chacun amène son repas de midi, nous nous occupons des collations. vous avez un micro-ondes à disposition.*

---

**Vous connaître:**

Avez vous une expérience des retraites de Méditation ?

---

---

---

---

Objectifs personnels à la participation du stage:

---

---

---

---

Régime particulier ou intolérances alimentaires:

---

---

---

---

Merci de nous informer de tout problème de santé.

*Par la présente, J'atteste avoir une condition physique et psychologique adéquate pour participer aux activités de ces ateliers. J'atteste avoir pris connaissance accepté et paraphé les conditions générales de participation*

Fait à \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_\_

Signature: