

MEDITATION PLEINE CONSCIENCE



La méditation est un puissant moyen d'entrer en **cohérence** avec soi-même, avec les autres, avec son environnement, dans l'instant présent.

Plus que jamais, nous avons besoin de cette cohérence, pour nous-même au niveau individuel, mais aussi afin d'apporter une nouvelle conscience individuelle et collective.

Conscience de la nécessité de créer un **espace d'harmonie** et de respect de notre Terre, un espace de Paix. Plus nous serons à agir dans ce sens, plus nous aurons la capacité de créer un monde de VRAIE Paix. Ce n'est pas une utopie ; à chacun de nous d'en faire sa réalité, dès aujourd'hui.

Inspiration

La Méditation pour la Terre & la Paix a démarré suite aux 24h de Méditation pour la Terre organisées durant la COP21 à Paris le 1er novembre 2015 afin que les gouvernements, qui s'y réunissaient, puissent prendre en compte l'aspect sacré de notre belle planète bleue.

Initiative

Elle a démarré au Québec, sur l'initiative de Sylviane Crine, puis à Libourne/Bordeaux, à Paris, à Lausanne sous forme de **méditation partage**, tous les premiers samedis de chaque mois pour une heure de méditation en simultané – pour vivre ce temps privilégié.

Quand

La prochaine Méditation **samedi 1^{er} décembre 2018, à 15h -16h30.**

Où

Un petit groupe, limité à 10 personnes, se retrouve à **15h** à [l'espace confiance](#), av. Mon Loisir 15, Lausanne. **Quartier sous Gare Lausanne**, 10 mn à pieds.



Esprit

Il ne s'agit pas d'un cours de méditation, plutôt une invitation à intensifier notre énergie vibratoire ensemble à travers une **harmonisation énergétique**.

Intention

La méditation démarre avec une méditation guidée de 40 mn. Individuellement, et ensemble, nous **portons une intention** pour la Terre et la Paix. Chacun est invité à apporter poèmes, textes, chansons, musique, bol tibétains, témoignages afin d'enrichir ce **temps de partage**.

Inscription

En cas d'intérêt, merci de vous inscrire par [mail](#), auprès de Christine Dougoud. de sorte à pouvoir enregistrer votre inscription et vous adresser confirmation. Au plaisir de vous retrouver pour ce magnifique moment, suspendu dans le temps !