



ATELIER

La présence du geste

12-13 janvier 2019

Public

Cet atelier de deux jours est ouvert à toutes et à tous, pratiquant ou non la méditation.

Intention de l'atelier

La pratique de la présence du geste est une approche simple de la présence, aspect essentiel et cependant souvent négligé de notre existence.

Dans la pure présence, l'expérience sensorielle de l'instant est libre des constantes créations imaginaires qui conditionnent notre comportement. De nombreuses techniques de méditation formelle permettent l'atteinte de cette liberté.

La pratique de la présence du geste introduit une qualité de présence similaire dans un contexte plus large : faire un pas, ouvrir les yeux ou poser la main sur l'épaule d'une autre personne par exemple.

Lien conseillé : www.pcgenoud.ch

Conditions pratiques

Horaires : samedi de 9h30 à 17h & dimanche de 9h30 à 16h (à confirmer)

Pause repas : prise ensemble sur place. Chacun est invité à apporter son repas.

Lieu : Espace Plantaporrêts, rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève

Coût : Inscription avant l'atelier (CHF 120.-) + Participation Consciente en fin d'atelier.

Inscription : via le formulaire en ligne sur la page www.ressource-mindfulness.ch/ateliers

Information : frederic@ressource-mindfulness.ch

Qu'est-ce que la Participation Consciente ?

Le montant de la Participation Consciente est déterminé par chaque participant-e à la fin de l'atelier, et cette somme vient s'ajouter au montant versé lors de l'inscription. Les frais payés lors de l'inscription couvrent la location de la salle et les frais administratifs et logistiques.

La Participation Consciente permet de rémunérer l'intervenant et la structure organisatrice pour le travail de conception, de préparation et d'animation. Elle fera l'objet de plus amples explications durant l'atelier. Chaque participant-e est libre de décider du montant de cette participation.

Intervenants



Charles Genoud, enseignant de méditation Vipassana depuis 1995 et fondateur du Centre Vimalakirti à Genève

Charles Genoud étudie et pratique le bouddhisme tibétain depuis 1970. Il a également pratiqué le bouddhisme de la tradition theravada lors de retraites en Birmanie, Thaïlande, Népal, ainsi qu'aux Etats-Unis, Angleterre et France. Il a également étudié Sensory Awareness en France, en Espagne et au Mexique. Cette technique a beaucoup influencé ses recherches sur la méditation en mouvement.

Il a mis au point l'approche de la méditation qu'il appelle : la présence du geste (ou « Gesture of Awareness »). En 1999, il a fondé avec son épouse Patricia, l'association de méditation bouddhiste et a ouvert le Centre Vimalakirti à Genève.

Ressource Mindfulness

rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève
www.ressource-mindfulness.ch