



ATELIER

Méditation et hypnose : entrer en relation avec l'intelligence de la vie

16-17 mars 2019

Public

Cet atelier de 2 jours est ouvert à toute personne curieuse de **découvrir une approche de l'Hypnose basée sur la Pleine Conscience**. Une attestation est délivrée aux soignants sur demande pour la formation continue.

Intention de l'atelier

L'Hypnose et la Pleine Conscience reconnaissent les épreuves et les souffrances physiques et psychiques inhérentes à la condition humaine, le besoin d'évoluer, la remise en question de notre relation à nous-mêmes, aux autres, au monde.

Avec cet atelier, nous entrerons dans une démarche de synergie entre la méditation et l'hypnose et explorerons leurs contributions mutuelles.

L'hypnose ouvre un espace à une relation d'âme à âme qui, loin des recettes du prêt-à-hypnotiser uniformisant et réducteur, permet de faciliter des lâchers prise, des évolutions en prenant appui sur la créativité du Soi, l'intégrité et l'écologie de l'esprit.

Programme de l'atelier :

- Comprendre ce qu'est l'hypnose, dépasser les idées reçues
- Comprendre et pratiquer le langage qui invite à l'état de veille généralisée (séquence d'acceptation, dissociation, marquage analogique, synesthésies, lévitation, etc.)
- S'auto-accompagner avec la méditation et avec l'hypnose
- Accéder aux ressources conscientes et inconscientes de notre esprit
- Établir un champ énergétique propice au changement
- Accompagner l'autre dans l'état de veille généralisée pour faciliter l'accord entre « être soi » et « être au monde »

Liens conseillés : www.synergiepnl.com et www.pleineconscienceintegrative.com

Conditions pratiques

Horaires Samedi de 10h à 17h & dimanche de 10h à 16h30.

Lieu Espace Plantaporrêts, rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève

Pause repas Chacun sera libre. Possibilité de manger sur place (venir avec son repas) ou à l'extérieur (restaurants / tea-rooms à proximité).

Coût Frais d'inscription de CHF 120.- à régler avant l'atelier + Participation Libre et Consciente le jour de l'atelier (voir ci-dessous).

Inscription www.ressource-mindfulness.ch/hypnose ou par courriel à frederic@ressource-mindfulness.ch

Qu'est-ce que la Participation Libre et Consciente ?

Les frais d'inscription de CHF 120.- couvrent uniquement la location de la salle et les frais administratifs et logistiques. A ces frais, il importe de rajouter la Participation Libre et Consciente, remise par chaque participant-e en fin d'atelier.

La Participation Libre et Consciente est une autre façon d'envisager la rémunération d'une activité telle qu'un atelier ou une intervention. Il s'agit d'un mode de valorisation participatif, transparent et solidaire, développé notamment par l'Université du Nous. Elle fait l'objet de plus amples explications avant et pendant l'atelier. Dans tous les cas, cette contribution consciente doit être proportionnée à la capacité de chacun-e.

Intervenant

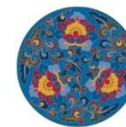


Marc Scialom, thérapeute formateur.

Il s'est formé au contact de personnes comme Jean Klein, Jack Kornfield, Jean Gortais (K.F.Dürckheim), Nisargadatta.

Il enseigne la PNL Humaniste, l'Hypnose Ericksonienne et l'Analyse Systémique, au sein de SynergiePNL.

Il enseigne la Pleine Conscience lors d'ateliers et de stages d'été. Il propose une démarche intégrative dont l'intention est de relier la sensibilité et le discernement, le cœur et le mental, la douceur et la rigueur, le non-jugement et l'authenticité, l'harmonie de groupe et l'espace où être soi, l'Energie et la Conscience.



Ressource Mindfulness

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

Fondé en 2009, Ressource Mindfulness propose des activités et des programmes s'appuyant sur l'acquisition de compétences dans le domaine de la méditation de Pleine Conscience.