

Les Sablons à Lavernat

- Association Rencontre -

MOMENTS de SILENCE

du 20/04/2019 au 31/05/2019

Les Sablons organisent des Moments particuliers qui permettent de prendre le temps d'écouter. Mais écouter quoi ? Et bien, ce qui nous semble important dans le silence. Le silence lui-même d'abord, mais aussi l'indicible qui est en nous et à qui nous n'avons pas souvent l'occasion de prêter notre attention pour la plupart d'entre nous. Écouter notre respiration, le sang qui coule dans nos veines, les oiseaux, les arbres, le vent, le mystère de la vie en nous...

OFFREZ-VOUS UN MOMENT PRÉCIEUX DE SILENCE !

Pas besoin de s'inscrire, vous venez c'est tout.

Il y en a pour tous les rythmes de vie, consultez le planning,

Si vous souhaitez un autre créneau dans la matinée, n'hésitez pas ! Renseignements : Olivier au 06 19 25 95 38.

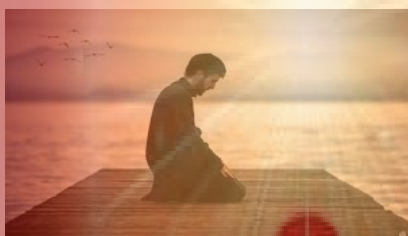
L'histoire des Sablons est ancrée dans la spiritualité depuis 45 ans.

Jean-Baptiste Chevalier, prêtre à l'initiative du premier projet, est un visionnaire qui parlait déjà des Sablons comme « d'une oasis de l'esprit » où l'on puisse « chercher ensemble ». Jusqu'en 2016, des religieux ont fait vivre cet endroit. Depuis, c'est une équipe laïque qui a pris le relais : l'association Rencontre » avec trois axes : l'accueil de tou.te.s et en particulier les plus seul.e.s, un lieu de communion avec la Nature et le ressourcement spirituel.

Dans le Petit Oratoire des Sablons, où ont lieu ces Moments de silence, se dégage une énergie particulière de calme bienveillant propice au renouveau.

PLANNING DES MOMENTS de SILENCE
Valable du 20/04/2019 au 31/05/2019

	Lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
07:00		Moment de silence				
07:30		Petit Déjeuner sorti du sac			Moment de silence	
08:00			Moment de silence		Petit Déjeuner sorti du sac	
08:30						
08:45			Petit Déjeuner sorti du sac	Méditation guidée		
09:00						
09:15				Marche méditative		
10:00						
11:00						Marche méditative
12:00						
12:30	Moment de silence					
13:00	Déjeuner Sorti du sac					



- Les Moments de silence sont dédiés à la méditation ou à la prière ou simplement au recueillement en silence selon les choix de chacune et chacun en son for intérieur. (prévoyez tapis et coussin si vous voulez être assis en tailleur)
- Dans le cas de la méditation guidée, elle s'inspire de la tradition du Village des Pruniers (Zen vietnamien).
- Pour ce qui est de la Marche méditative, si le temps le permet, elle a lieu dans la forêt. Il s'agit d'une marche très lente en silence.
- Les Moments de silence ont lieu dans le Petit Oratoire. Entrez sans frapper et prenez place dans le silence.

Cotisation Adhésion nécessaire à l'Association Rencontre des Sablons : 10€ annuel.
Participation aux Moments Pour entretenir le lieu : Participation en conscience dans les tirelires.
Repas sortis du sac Nous partagerons les nourritures que nous amènerons...



MOMENTS de SILENCE

Valable du 20/04/2019 au 31/05/2019



Toute la semaine...

- **Lundi : 12:30 → 13:00** suivi d'un repas tiré du sac.
- **Mardi : 07:00 → 07:30** suivi d'un petit déjeuner tiré du sac.
- **Mercredi : 08:00 → 08:30** suivi d'un petit déjeuner tiré du sac.
- **Jeudi : 08:45 → 09:15** suivi d'une marche lente en forêt.
- **Vendredi : 07:30 → 08:00** suivi d'un petit déjeuner tiré du sac.
- **Samedi : 11:00 → 11:30** suivi d'une marche lente en forêt.



Les Sablons

Lavernat

Renseignements :

Olivier au 06 19 25 95 38

<http://rencontre-les-sablons--lavernat.e-monsite.com>



MOMENTS de SILENCE

Valable du 20/04/2019 au 31/05/2019



Toute la semaine...

- **Lundi : 12:30 → 13:00** suivi d'un repas tiré du sac.
- **Mardi : 07:00 → 07:30** suivi d'un petit déjeuner tiré du sac.
- **Mercredi : 08:00 → 08:30** suivi d'un petit déjeuner tiré du sac.
- **Jeudi : 08:45 → 09:15** suivi d'une marche lente en forêt.
- **Vendredi : 07:30 → 08:00** suivi d'un petit déjeuner tiré du sac.
- **Samedi : 11:00 → 11:30** suivi d'une marche lente en forêt.



Les Sablons

Lavernat

Renseignements :

Olivier au 06 19 25 95 38

<http://rencontre-les-sablons--lavernat.e-monsite.com>

