



Atelier 2017 - 2018

La Présence Naturelle

Approche non-duelle de la méditation et de l'éveil de la Conscience

avec Sébastien Fargue

La Présence Naturelle est une invitation à amener plus de conscience au quotidien, par rapport à tout ce qui peut se passer dans nos vies, aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur. Nous apprenons à mettre davantage d'attention et de sensibilité sur nos pensées, sentiments, émotions, énergies internes et sensations, dans un premier temps. Puis nous élargissons notre champ de perception afin d'y inclure aussi tout ce que nous percevons à l'extérieur. Finalement, nous amenons notre présence dans notre quotidien, nos différentes relations, états et comportements.

À travers l'évolution de cette présence, nous retrouvons la dimension silencieuse « inconditionnée » et toujours libre de notre conscience. Parallèlement, nous réalisons progressivement l'unité et la « transparence » de tous les phénomènes. Notre relation à ce qui est se transforme, pour nous permettre d'accueillir toujours plus ce qui se passe dans le présent. Notre lâcher-prise se développe de concert, et nous retrouvons plus facilement et simplement cette paix et cette clarté intérieures, qui siègent au fond de nous, naturellement.

Enfin, nous prenons conscience, à notre rythme, qu'il n'y a rien à forcer pour être dans l'équilibre naturel de la Vie. Nous sommes un avec la Conscience et la Nature. Il n'y a plus d'oppositions entre ce que nous sommes spontanément au quotidien, notre pratique, et notre essence, notre véritable nature.

Au cours des séances nous alternerons entre pratiques simples de l'attention, silences, enseignements et partages.

Thèmes abordés et développés tout au long de l'année : présence à soi, aux autres, à l'environnement, présence naturelle ; l'ego, la souffrance, les pensées, les émotions, les énergies et champs d'information, la pratique formelle et informelle, l'éveil naturel ; les mémoires, les guérisons, les transformations, notre véritable nature, la conscience, la « vacuité », la transparence des phénomènes, le « karma », la spontanéité, la transcendance, l'immanence, l'« indistinction », les idéaux, les états modifiés de conscience, les états spirituels, les rêves, les paradoxes, la compassion, la conscience et les phénomènes, Tout est Cela, etc.

Ateliers en soirée ---

Les mardis soirs, en dehors des vacances scolaires.

Lieu : 18 rue Archinard, à Crest 26400.

Horaires : de 18h30 à 20h.

Dates ---

1er trimestre --

- Septembre : 1ère séance d'essai gratuite : le 26
- Octobre : les 3, 10 et 17
- Novembre : les 7, 14, 21 et 28
- Décembre : les 5, 12 et 19

2ème trimestre --

- Janvier : les 9, 16, 23 et 30
- Février : les 6 et 13
- Mars : les 6, 13, 20 et 27

3ème trimestre --

- Avril : les 3 et 10
- Mai : les 2, 8, 15, 23 et 29
- Juin : les 5, 12 et 19

Tarif : inscription pour :

- 1 trimestre (10 séances) : 50 €
- 2 trimestres (20 séances) : 90 €
- 3 trimestres (30 séances) : 130 €
- 1 seule séance quand on veut : 8 €

Pour plus d'informations et inscriptions :

Contact via site web : eveilnaturel.com

tél : 09 81 00 55 78

Sébastien Fargue, est « Psychothérapeute » de formation, il a également étudié et pratiqué plusieurs approches non-duelles (Bouddhisme, Advaita, Taoïsme, Mystique Chrétienne, etc.) en autodidacte, mais aussi au contact de Jean-Marc Mantel et notamment de Peter Fenner. Il partage son expérience et son approche de « l'éveil naturel ». Il s'est investi également dans le chamanisme et plus particulièrement dans le travail avec les plantes et le chant pendant plusieurs années. Il a pu ainsi approfondir les liens qui existent (jusqu'à un certain point) entre la thérapie, l'énergétique, les archétypes, la présence et l'éveil de la conscience. Il a écrit auparavant *La Présence intégrale*, publié aux éditions L'Originel.

