

**Pleine conscience
et quête de Dieu
avec
les Pères du désert**



**du 26 au 28 avril 2024
à l'abbaye de Scourmont
à Chimay**

**Information et inscription :
frans.rassart@telenet.be
00 33 473 41 82 89**

**Pleine conscience
et quête de Dieu
avec
les Pères du désert**



**du 26 au 28 avril 2024
à l'abbaye de Scourmont
à Chimay**

**Information et inscription :
frans.rassart@telenet.be
00 33 47341 82 89**

**Pleine conscience
et quête de Dieu
avec
les Pères du désert**



**du 26 au 28 avril 2024
à l'abbaye de Scourmont
à Chimay**

**Information et inscription :
frans.rassart@telenet.be
00 33 47341 82 89**

L'objectif de ce week-end est de glisser de la méditation de pleine conscience à la prière, à l'union à Dieu, en se laissant guider par des extraits des Pères du désert .

Programme :

- Pratique de la pleine conscience guidée pour plonger en nous, nous ouvrir à la Présence de Dieu et entrer dans la prière.
- Un petit texte d'un Père du désert précèdera et clôturera chaque méditation.
 - Ces textes seront repris dans un petit carnet donné à chaque participant.
 - 2 enseignements courts sur les différences entre la méditation de pleine conscience et la méditation chrétienne ; sur comment gérer les pensées dans la prière.
 - Temps d'échange.
 - Repas en silence
 - Marche consciente dans la forêt (libre)
 - Possibilité de participer aux offices avec les moines.

L'animatrice : Françoise Rassart est consacrée,



membre des CVX, infirmière en santé mentale, formatrice en pleine conscience (ULB – 2014), membre de l'ABFM, et accompagnatrice spirituelle

Aspects pratiques : heure, prix, matériel, voir site internet

L'objectif de ce week-end est de glisser de la méditation de pleine conscience à la prière, à l'union à Dieu, en se laissant guider par des extraits des Pères du désert .

Programme :

- Pratique de la pleine conscience guidée pour plonger en nous, nous ouvrir à la Présence de Dieu et entrer dans la prière.
- Un petit texte d'un Père du désert précèdera et clôturera chaque méditation.
 - Ces textes seront repris dans un petit carnet donné à chaque participant.
 - 2 enseignements courts sur les différences entre la méditation de pleine conscience et la méditation chrétienne ; sur comment gérer les pensées dans la prière.
 - Temps d'échange.
 - Repas en silence
 - Marche consciente dans la forêt (libre)
 - Possibilité de participer aux offices avec les moines.

L'animatrice : Françoise Rassart est consacrée,



membre des CVX, infirmière en santé mentale, formatrice en pleine conscience (ULB – 2014), membre de l'ABFM, et accompagnatrice spirituelle

Aspects pratiques : heure, prix, matériel, voir site internet

L'objectif de ce week-end est de glisser de la méditation de pleine conscience à la prière, à l'union à Dieu, en se laissant guider par des extraits des Pères du désert .

Programme :

- Pratique de la pleine conscience guidée pour plonger en nous, nous ouvrir à la Présence de Dieu et entrer dans la prière.
- Un petit texte d'un Père du désert précèdera et clôturera chaque méditation.
 - Ces textes seront repris dans un petit carnet donné à chaque participant.
 - 2 enseignements courts sur les différences entre la méditation de pleine conscience et la méditation chrétienne ; sur comment gérer les pensées dans la prière.
 - Temps d'échange.
 - Repas en silence
 - Marche consciente dans la forêt (libre)
 - Possibilité de participer aux offices avec les moines.

L'animatrice : Françoise Rassart est consacrée,



membre des CVX, infirmière en santé mentale, formatrice en pleine conscience (ULB – 2014), membre de l'ABFM, et accompagnatrice spirituelle

Aspects pratiques : heure, prix, matériel, voir site internet