

Atelier méditation jeudi en soirée à Saint-Chamond

Rappels sur l'organisation de l'atelier :

18h30 – 19h25	Exercices corporels (porte ouverte - entrée possible à tout moment)
19h30 – 19h55	1 ^{re} méditation (entrée possible tant que la porte est ouverte)
19h55 – 20h	Sas entrée / sortie (porte ouverte)
20h – 20h25	2 ^e méditation (entrée possible tant que la porte est ouverte)
20h30 – 22h	Proposition en soirée : Partage autour de lectures soit des textes de la messe du jour, soit d'un ouvrage choisi en commun ou repas fraternel en alternance selon programme.

Repas fraternel : on met sur la table ce que les uns et les autres ont apporté (sucré ou salé), et on partage nourriture et discussions libres.

Partage autour des textes de la messe du jour : directement après la 2^e méditation, fin vers 21h15.

Partage autour de l'ouvrage choisi (voir ci-dessous) : chacun amène son repas, que l'on mange avant la lecture. Les pages à lire pour chaque soirée sont indiquées dans le calendrier. Un partage oral peut ensuite se dérouler sur les ressentis de chacun (chaque personne s'exprime en « je »), sans qu'il n'y ait de jugements, simplement dans l'accueil et le respect de la parole d'autrui.

Rappel du **code** de la porte d'entrée de la Maison Ste Thérèse : **54919 A**

Proposition de Lecture : « Vivre avec son passé » de Charles Pépin ; Allary Editions ; 2023

Jeudi 16 Janvier : Lecture du chapitre 4 du livre de C. Pépin ; pages 83 à 96 fin du chapitre 4

Jeudi 23 Janvier : Partage autour des textes des lectures de la messe du jour disponibles sur le site :

<https://www.aelf.org/>

Jeudi 30 Janvier : Repas fraternel

Février

Jeudi 6 février : Lecture du chapitre 4 du livre de C. Pépin ; pages 83 à 96 fin du chapitre. JL Souveton absent.

Jeudi 13 février : 4 Lecture du chapitre 5 « Tourner le dos à son passé » de la page 97 à 109; JL Souveton absent.

Jeudi 20 février : Partage autour des textes des lectures de la messe du jour disponibles sur le site :

<https://www.aelf.org/>

Jeudi 27 février : Congés scolaires ; pas de rencontre du groupe

Mars

Jeudi 6 mars : Congés scolaires ; pas de rencontre du groupe

Jeudi 13 mars : Lecture pages 110 à 121 « le coût psychique de l'évitement » ; « l'effet ours blanc » ; « la mémoire traumatique » ; JL Souveton absent.

Jeudi 20 mars : Partage autour des textes des lectures de la messe du jour disponibles sur le site :

<https://www.aelf.org/>

Jeudi 27 mars : Repas fraternel ; JL Souveton absent.

Avril

Jeudi 3 avril : Lecture pages 122 à 132 « Boire pour oublier » ; « Travailler pour oublier » ; « Les vertus de l'échec » ; « Une pilule pour oublier ? » ; JL Souveton absent.

Jeudi 10 avril : Lecture du chapitre 5 « Retour à Reims – Se libérer de son passé » et « History of violence – Quand le passé ressurgit » pages 133 à 144 ; JL Souveton absent.

Jeudi 17 avril : Jeudi Saint, pas de rencontre du groupe.

Jeudi 24 avril : Congés scolaires ; pas de rencontre du groupe.

Mai

Jeudi 1^{er} mai : Congés scolaires ; pas de rencontre du groupe

Jeudi 8 mai : Férié, pas de rencontre du groupe.

Jeudi 15 mai : Lecture du chapitre 6 : « Prendre appui sur son passé » pages 145 à 156 ; JL Souveton absent.

Jeudi 22 mai : : Partage autour des textes des lectures de la messe du jour disponibles sur le site :

<https://www.aelf.org/>

Jeudi 29 mai : Ascension ; pas de rencontre du groupe.

Juin

Jeudi 5 juin : Lecture du chapitre 6 « Une nouvelle vision de la liberté » « L'art de bien hériter » « La mélodie intérieure de notre personnalité » pages 156 à 168 à 181

Jeudi 12 juin : Lecture du chapitre 6 « L'héritage douloureux des victimes » « L'élan vital » « La générosité » pages 169 ; JL Souveton absent.

Jeudi 19 juin : Lecture du chapitre 7 « Intervenir dans son passé » pages 182 à 195 ; JL Souveton absent.

Jeudi 26 juin : Repas fraternel ; bilan de l'année.