Cercle de Contemplation & Communication

Mme SAETIA Elizabeth

INFORMATIONS

MULHOUSE Le fil de soie

Début le jeudi 08 octobre 2020

DURÉE : 01:00

PROFILS : Prof de tai chi, qi gong et cheng hsin

PRE REQUIS :

Tout public

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5MU488

Prix : **106.00 €**

DESCRIPTION

La contemplation est une façon de se questionner.

En général, lorsque nous posons des questions, c'est que nous recherchons une information, comme par exemple « quel âge as-tu ? » ou « où sont les toilettes ? ».

La contemplation est un autre questionnement. Dans la contemplation, nous nous posons des questions comme « qu'est-ce que la Vie ? » jusqu'à ce que nous devenions directement conscients, ou que nous ayons une « *expérience directe* » de ce que nous questionnons. Une expérience directe est aussi appelée une expérience d'éveil. C'est une expérience qui libère et peut changer notre relation avec la vie.

Pour contempler, il est essentiel de ne-pas-savoir. Nous avons besoin d'abandonner toute façon dont nous regardons notre « objet de contemplation ». Ceci est paradoxal. Nos esprits ont besoin de saisir notre objet comme étant d'une certaine façon afin de s'y accrocher. Lorsque nous abandonnons cette saisie, alors seulement nous pouvons ne-pas-savoir ce qu'il est et c'est là le point de départ du questionnement !

En général, nous n'avons pas l'habitude de nous concentrer sur quelque chose sans nous arrêter. Concentrer directement notre attention à chaque instant et pendant un moment soutenu sur une question est difficile. Mais plus nous contemplons, plus cela devient facile.

La contemplation est par nature une activité que l'on pratique seul. Pourtant, la plupart des gens trouvent qu'il est difficile de maintenir cette activité seul avec intensité. C'est pourquoi dans le Cheng Hsin, nous pratiquons des « contemplations intensives », qui offrent un environnement structuré dans le but d'augmenter la chance des participants à rencontrer une expérience d'éveil.

Cercle de Contemplation & Communication

Mme SAETIA Elizabeth

OBJECTIFS

Avoir les outils pour explorer la vraie nature de soi, de l'esprit et de la conscience.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	08-10-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	15-10-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	05-11-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	12-11-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	19-11-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	26-11-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	03-12-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	10-12-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	17-12-2020	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	07-01-2021	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	14-01-2021	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Jeudi	21-01-2021	20:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE