

Groupe de méditation du Lundi après-midi à Saint Etienne

Année scolaire 2016 – 2017

Septembre

- 5 Rien à 14 h 30. Invitation à rejoindre le groupe du soir pour la première soirée et le repas fraternel
- 12 Lecture Zen des Evangiles p 15 à 26 (Préface + Intro)
- 19
- 26 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 1

Octobre

- 3
- 10 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 2
- 17
- 24 Pas de méditation
- 31 Pas de méditation

Novembre

- 7 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 3
- 14
- 21 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 4
- 28

Décembre

- 5 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 5
- 12
- 19 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 6
- 26 Pas de méditation

Janvier

- 2 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 7
- 9
- 16 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 8
- 23
- 30 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 9

Février

- 6
- 13 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 10
- 20
- 27 Pas de méditation

Mars

- 6 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 11
- 13
- 20 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 12
- 27

Avril

- 3 Lecture Zen des Evangiles Chapitre 13
- 10
- 17 Pas de méditation
- 24 Lecture à déterminer

Mai

- 1 Pas de méditation
- 8 Pas de méditation
- 15 Lecture à déterminer
- 22
- 29 Rien à 14 h 30. Invitation à rejoindre le groupe du soir pour le Repas fraternel

Juin

- 5 Lundi de Pentecôte – Pas de méditation
- 12 Lecture à déterminer
- 19
- 26 Rien à 14 h 30. Invitation à rejoindre le groupe du soir pour la dernière soirée bilan et repas fraternel.

Les chiffres en rouge indiquent les vacances scolaires

Rappel des horaires :

- Accueil à partir de 14 h 15
- Travail corporel de 14 h 30 à 15 h 25
- 1^{ère} méditation de 25 minutes à 15 h 30
- 2^{ème} méditation de 25 minutes à 16 h 00
- A partir de 16 h 30 voir le programme au recto

Les temps « Lecture zen des Evangiles »

A l'issue de la deuxième méditation les membres du groupe qui le veulent se retrouvent pour partager leurs réflexions suite à la lecture d'un passage du livre de Kenneth S. Leong¹. Vous trouverez au recto les passages à lire avant chaque rencontre. Le partage commence à 16 h 45 et dure une heure.

¹Kenneth S Leong : Une lecture zen des Evangiles
2015, Les éditions du Relié.

Là où rien n'est indiqué

Comme il s'agit d'une nouvelle proposition elle se calque en partie sur les propositions du soir. Je verrai avec le groupe s'il y a lieu de proposer quelque chose à 16 h 30 (après les temps de travail corporel et de méditation) pour les jours où rien n'est indiqué... en fonction de vos attentes et demandes... pourquoi pas un café, un thé ou autre chose de temps en temps...

Les soirées « Repas fraternel »

A l'issue de la deuxième méditation les membres du groupe qui le veulent se retrouvent pour partager le repas. Celui-ci est composé de ce que chacun apporte. Ces soirées sont proposées dans l'intention de faciliter la connaissance au sein du groupe et de pouvoir accueillir les personnes nouvelles qui se joignent à nous. Nous terminons à 22 h 00.

Quelques rappels importants pour la vie du groupe.

Tout est proposé, rien n'est imposé et chacun participe à son rythme et aux activités qui lui conviennent. On peut venir pour le travail corporel et ne rester qu'à la première méditation ou n'arriver que pour la deuxième méditation. On peut rester à toutes les soirées ou n'en choisir qu'une et même ne venir à aucune... à chacun de trouver le bon rythme et les bons contenus pour lui.

Ne pas hésiter à demander des précisions, des explications, des pistes de lecture ou un entretien si vous en sentez la nécessité.

Le silence est une porte d'entrée vers l'intériorité. Il est un chemin vers la paix, la sérénité et le mystère divin comme l'exprime admirablement Dom Augustin Guillerand : « Le silence n'est pas un vide et un néant, c'est au contraire, l'Etre en sa plénitude féconde ». Chacun est invité à favoriser ce silence, des mots et des gestes, du début du travail corporel jusqu'à la fin du rangement de la salle. Les paroles échangées pendant les soirées n'en sont que plus riches.

Un fichier informatique permet de communiquer avec les membres du groupe. Il est géré par Juliane Exbrayat : exbrayat.juliane@hotmail.fr

Merci de lui indiquer votre mail et vos changements de mails !

Une libre participation financière est proposée. Vous pouvez déposer un don au rythme qui vous convient lors des soirées de méditation. L'argent collecté contribue au traitement de l'animateur ainsi qu'aux charges liées au bon déroulement de cette proposition.

Jean-Luc SOUVETON