



Centre Assise

été 2022

www.centre.assise.org

Renseignements et inscriptions auprès du secrétariat d'Assise

Tel 0033 134 67 00 39 – centre.assise@wanadoo.fr

Stage de Yoga

Animation : *Monique Dardenne*

Du jeudi 30 juin (19h30) au dimanche 3 juillet 2022 (17h)



Afin de renforcer notre corps et son système immunitaire, ce stage propose quatre jours de pratique intense d'Asanas (postures), de Pranayama (exercices respiratoires), de méditations yogiques guidées, de yoga nidra (relaxation très profonde) et d'études de textes (Yoga Sutras et Upanishads), nous aideront à développer résistance, endurance et clarté en corps et en esprit

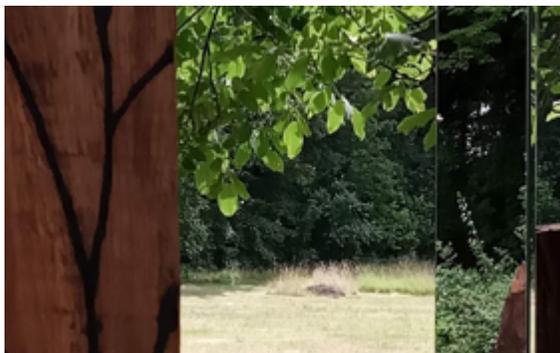
Participation aux frais de repas et d'hébergement : 65€/jour

Animation : 35€/jour

Jardins ouverts

Animation : *l'équipe d'Assise*

Dimanche 3 juillet 2022 (10h-17h)



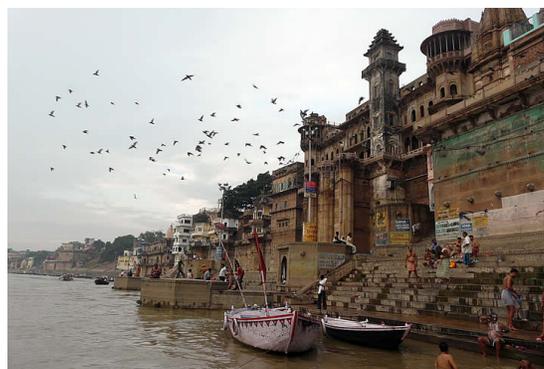
Lieu de contemplation et de silence. Dans le cadre des **jardins ouverts** organisés par la Région IDF, le centre Assise ouvre exceptionnellement son jardin au public. Exposition d'œuvres d'artistes sur le domaine de 11h à 18h. Trois animations pour « retisser nos liens avec la nature ». Accueil à 11h et 14h avec un café. Réalisation d'une création offrande avec les visiteurs à 15h. Promenade méditative à 17h. Ballade poétique (spectacle art et musique) à 18h30 suivi d'un verre.

Entrée libre

Voyage intérieur aux sources de la joie

Animation : *Jacques Vigne*

Du mercredi 6 juillet (19h30) au dimanche 10 juillet 2022 (12h)



Trouver une joie intérieure stable est un signe important de progrès spirituel. Cela demande un travail de discernement pour identifier ce qu'est le bonheur véritable et comment le développer. La joie est notre vraie nature. Les explications tirées des traditions spirituelles (Inde, christianisme) ainsi que les méditations guidées nous aideront à désagréger ces obstacles à la joie afin que « l'eau de source » s'écoule régulièrement.

Participation aux frais de repas et d'hébergement : 65€/jour

Animation : 35€/jour

Chantiers d'été & ressourcement

Du lundi 11 juillet (17h) au dimanche 17 juillet 2021 (17h)

Animation : *Frédéric Delarge*

et *Isabelle Theet*



Prendre soin de la maison commune, c'est aussi prendre soin de la relation à soi et aux autres. Cette maison offre un cadre de silence et de méditation. Dans le Zen, le « Samu » c'est le travail manuel comme exercice intérieur de la présence à soi, aux autres et à ce qui m'environne. En portant notre attention en silence sur des gestes simples nous pouvons faire l'expérience intérieure de la paix et nous sentir pleinement dans la Présence.

Participation aux frais : 25 € / jour pour les repas

Animation : participation libre

Ateliers Dürckheim

Du mardi 19 juillet (19h30) au samedi 23 juillet 2022 (12h)

Animation : *Bénédicte de Nazelle*



Par l'expérience sensorielle, le travail initiatique dans l'esprit de Graf Dürckheim permet de se relier à sa profondeur et de rencontrer son énergie vitale, d'exprimer ses ressentis et ses images intérieures. En laissant parler les mains, reliées au cœur, chaque participant trouve sa propre voie de libération et d'unification intérieure et chemine vers plus d'ouverture, de maturité et de plénitude.

Participation aux frais de repas et d'hébergement : 65€/jour

Animation : 35€/jour

Ecospiritualité & permaculture

Du mercredi 27 juillet (17h30) au dimanche 31 juillet 2022 (16h)

Animation : *Christine Kristof*



Retrouver le chemin de la Terre et du Vivant en lien avec notre spiritualité et notre foi. Ces 4 jours permettront à chacun-e de vivre de façon concrète et sensible ses retrouvailles avec soi et avec la nature, de vivre ses émotions, de retrouver confiance au cœur de l'incertitude et de faire émerger sa mission et ses moyens d'action dans ce monde en plein bouleversement. Et permaculture, pratiques corporelles, méditations et prières...

Participation aux frais de repas et d'hébergement : 65€/jour

Animation : participation libre (à titre indicatif 35€/jour)

Stage de chant sacré (5 jours) Animation : Marie-Séraphine Vincent

Du mardi 2 août (19h30) au dimanche 7 août 2022 (14h)



Le chant sacré engage l'être dans son entièreté. Ce stage de chant sacré proposera à la fois un travail vocal, un travail sur le souffle et sur le corps (avec des exercices de Qi Gong et Dao In). Des temps de travail plus individuel séquenceront le travail en groupe en polyphonie. L'axe oreille-corps-voix sera la clef et permettra de développer les outils des harmoniques. La méditation et les temps de célébration accompagneront ce chemin vers soi et vers les autres.

Participation aux frais de repas et d'hébergement : 65€/jour

Animation : participation libre (à titre indicatif 35€/jour)

Silence & prière à St Benoit sur Loire avec les moines bénédictins

Du vendredi 12 août (19h30) au lundi 15 août 2022 (17h)



Entrer dans le mystère de l'Assomption. Le centre Assise est relié à l'abbaye de Fleury à St Benoit sur Loire. Cette année, nous vous proposons un temps de silence et de prière avec les moines bénédictins pour entrer dans le mystère de l'Assomption. La communauté se réunit six fois par jour pour le chant de l'office divin, basé sur la répétition des psaumes. Cette prière permet de purifier notre esprit de tout ce qui l'encombre inutilement et de nourrir notre intériorité.

Réservation : directement par téléphone au 02 38 35 72 43 ou par mail accueil@abbaye-fleury.com

Sesshin zen traditionnel (7 jours) Animation : Christophe Maitre (jiki)

Du samedi 20 août (19h30) au samedi 27 août 2021 (17h)



Temps fort de méditation selon les méthodes zen traditionnelles : six heures de méditation par jour tout en silence (sesshin réservé aux personnes qui ont déjà une pratique du zazen). Les tâches matérielles (préparation des repas, service, nettoyage) sont assumées par l'ensemble du groupe, la méditation se prolongeant pendant le travail en commun (samu).

Participation aux frais de repas et d'hébergement : 65€/jour

Tarif réduit : 50€/jour - Tarif de soutien : 80€/jour