

« *Visiopratiques* » de Jacques Vigne  
pendant la seconde partie  
de l'été 2020 -

Ces visiopratiques se dérouleront à la même adresse que celle de mai et juin sur zoom :

jacques vigne vous invite à une réunion Zoom planifiée.

Sujet : jacques vigne - Salle de réunion personnelle

Participer à la réunion Zoom

<https://us02web.zoom.us/j/3050782130>

ID de réunion : 305 078 2130

***Du samedi 18 juillet au dimanche 20 septembre 2020***

Il y aura deux sessions par week-end, avec les mêmes horaires qu'en fin mai et juin :

- 1) Les samedis de 15h à 17h
- 2) Les dimanches de 9h30 à 11h30

- Pour les week-ends des 1<sup>er</sup>-2 et 7-8 août où il n'y aura pas de week-end en présentiel, nous commenterons un texte tibétain *Les conseils de Jamgön Kongtrul Lodrö Thaye*. Il s'agit d'un texte tibétain du XIX<sup>e</sup> siècle commenté par Tenzin Palmo en 2019 lors d'un séminaire en Himachal Pradesh que Jacques a pris en note et qui n'est pas encore publié.

- Pour les week-ends où il y aura un séminaire en présentiel, ce sera le même thème qu'annoncé dans le programme joint, avec possibilité pour les participants zoom de poser leurs questions après la pratique :

18-19 juillet : *Transformer les émotions et dépasser l'ego par le raja-yoga, le védânta et le bouddhisme*

25-26 juillet : *Mieux gérer les émotions par la méditation*

15-16 août : *La psychologie du yoga - Devenir une meilleure personne par une action entre le corps et l'esprit.*

22-23 août : *Méditation et action - L'application de la méditation en particulier non-duelle à la vie quotidienne.*

29-30 août : *Mariage intérieur, non dualité et védânta*

5-6 septembre : *L'état méditatif, interface entre le monde de la forme et le monde du sans forme*

4 jours pour explorer, comprendre, entraîner et modeler l'esprit.

Comment transformer une expérience traumatisante en opportunité d'évolution pour soi et pour les autres ?

12-13 septembre : *Méditation, joie et action 1*

19-20 septembre : *Méditation, joie et action 2*

- Participation : comme dans la seconde série des dimanches de printemps, la participation sera de 10 € par session, à verser sur la cagnotte cotizup....