

Moment de méditation ayant vocation à réunir tous les groupes et méditants de la région de Poitiers qui le souhaitent : **samedi 14 décembre à 17h30** – sur le **thème** de la **LUMIERE**

Garden Blues, 25 Rue de Pouzioux, 86000 Poitiers,

ENTREE LIBRE.

.....

Programme :

1. chaque participant recevra en entrant dans la salle une petite bougie qu'il sera invité à allumer et placer au centre de la pièce
2. Tour à tour, les représentants d'un groupe de méditation liront un court texte (1 à 2 mn) sur la lumière – inspiré ou issu de leur tradition s'ils se rattachent à une tradition.
3. Temps de méditation, entre 20 et 30 minutes : courte méditation guidée conduite par un représentant de Convergence86 suivi d'un moment de méditation silencieuse.

A la suite de ce moment, une collation sera offerte, toujours au Garden Blues, dans un but de convivialité

PS : n'oubliez pas d'apporter votre coussin ou petit banc