

STAGE DE MEDITATION Avec le Dr J. VIGNE

20 et 21 septembre 2025 à Camaret-sur-Aigues



Salle Pradayrol Chemin des Combes
84850 Camaret-sur-Aigues

Conférence : Stabiliser la joie

Vendredi 19 au dojo Pradayrol à 20h

Stage : Samedi de 9h à 18 h

Dimanche de 9h à 17h

Coût : 110€ les 2 jours ou 60€ la journée

Thème : Stabiliser la joie intérieure. La méditation pour atténuer les douleurs, la souffrance et les émotions perturbatrices.

En combinant l'expérience traditionnelle et les recherches scientifiques modernes, on s'aperçoit qu'il y a des mécanismes très communs dans la gestion méditative des douleurs, de l'anxiété et des émotions perturbatrices en général. Jacques Vigne a développé cela en détails dans son dernier livre :

« Sourire au-delà du souffrir - La méditation pour soulager les douleurs et les angoisses » Edition Le Relié.

Né en 1956, Jacques Vigne est médecin psychiatre de formation. Spécialiste des pratiques de méditation, du yoga et de l'Inde depuis plus de 30 ans. Son enseignement s'inscrit dans un mouvement de spiritualité laïque, tout en respectant l'apport des religions. Dans ses enseignements il met l'accent sur les bénéfices des pratiques méditatives, tant sur le plan physique que mental.

Auteur de nombreux ouvrages dont le fil conducteur est la psychologie spirituelle et la mystique comparée. Ces livres sont édités chez A. Michel et au Relié. Ses ouvrages majeurs sont : « Le mariage intérieur, La mystique du silence, Ouvrir les canaux d'énergie par la méditation, Pratique de la méditation laïque, Guérir l'anxiété, Lâcher toutes dépendances ... » Les livres de Jacques seront vendus pendant le stage et pourront être dédiés.

Site web : www.jacquesvigne.org

Renseignements contactez Sandrine Denis :

E-mail : sandrine.denis84@outlook.fr

Tel : 06 33 07 96 49