



**Séminaire**  
**Eveil de la conscience**  
**Thème :**

**Connais-toi toi-même**

◇ **22 septembre 2019**  
**9h30/18h00**

Journée pour se ressourcer et retrouver le chemin vers Soi.

Méditation de la pleine présence  
dynamique et statique

Comment retrouver qui nous sommes et retrouver notre véritable nature ?...

- Se poser les bonnes questions, pour trouver les bonnes réponses.
- S'observer !
- Remettre en question tout ce que nous avons appris.
- Se déconditionner !

Cette journée laissera une place pour la méditation d'où surgit le silence vibratoire.

Apportez : Coussin pour la méditation. Un tapi de sol. Un plaid ou un châle. Des nu-pieds ou chaussons. De quoi écrire. crayons de couleurs, à papier et gomme.

Pascal Vételé sophrologue, énergéticien, bénéficie d'une solide expérience en développement personnel et spirituel. Son parcours personnel lui permet de soutenir ces énergies de transformation.

**Participation au séminaire : 65 €**

Acompte de 50% par personne à l'inscription, remboursés en cas d'annulation 20 jours avant le début de l'atelier. Acompte encaissés et non restitués 20 jours avant l'atelier. Les autres 50% seront régler à votre arrivée.

« La méditation est votre véritable nature. En ce moment vous appelez cela méditation, car vous êtes distrait par les pensées. Quand elles seront dissipées vous demeurerez seul, dans l'état libre de pensées; et c'est cela votre véritable nature. »

Ramana Maharshi

Envoyez votre inscription à : Pascal Vételé Centre Sophro-Maine  
59 boulevard Henri Dunant résidence du Bellay 49100 Angers  
Chèque à l'ordre de Pascal Vételé.

Tél. 02 41 87 23 34 - 06 87 46 50 22.

Nom, Prénom : .....sexe.....

Adresse : .....

CP : .....Ville : .....

Tél fixe et/ou portable : .....

E-mail : .....

Pour mon inscription au stage, je verse 50% d'acompte

Date : .....les inscriptions sont retenues dans l'ordre d'arrivée.

Me contacter par mail : [pascal.vetele@sophro-maine.fr](mailto:pascal.vetele@sophro-maine.fr)

Retrouvez-moi sur : <http://www.sophro-maine.fr>