



ATELIERS discussions



Sujet :

La spiritualité, la pleine conscience, la connexion à la nature, à notre nature d'être humain.

Initiateur/Initiatrice du sujet :

Charle Bousset \ Arnould Jordy \ Nadège Bredoux

Participants de la discussion :

Charle Bousset \ Arnould Jordy \ Valérie Darteville \ Catherine Taylor
Nadège Bredoux \ Janna Hamza Chérif \ Nicolas Fenon

Discussions - Éléments importants :

De quel monde j'ai envie, pour demain, pour moi. Quel est mon **rêve** / qu'est-ce qui me met en joie ?

Quel Sens ? Bonheur ? Bonne heure ? **Bonheur Intérieur Brut**

Vive la crise : crisis = choix → nous oblige à trouver du sens

Méditation (pleine) conscience : revenir à **l'Essentiel** : il y a beaucoup trop de tout → se Libérer

Diminuer nos besoins secondaires.



ATELIERS discussions

Importance du mot « **spiritualité** » et du sens qu'on lui donne, de gros mot qui fait peur à son étymologie, Esprit, souffle, souffle de Vie → Qu'est-ce qui m'Anime (anima = âme).

Voir **la spiritualité comme le rapport que j'ai avec mon environnement** (= la Nature, les Autres)

- Difficile d'en parler → le lier à l'éthique
- Rentrer rapidement en contact avec la commission Charte / Gouvernance car aux dernières nouvelles ils ne veulent pas que ce terme apparaissent...
- Nommer, expliquer

Reconnexion / Harmonie de l'Homme avec la nature . Unité entre tous les Hommes et la Nature. Liens avec les **Peuples Premiers** qui sont les gardiens de la planète.

Du « hors sol » à l'ancrage.

- Importance des ateliers pratique, de passer par le corps, par les sens
- Avoir autre chose que l'Intellectuel : le corps et l'Esprit

Reliance de l'intérieur à l'extérieur et vice et versa : **Connaissance, conscience et connexion entre la Nature Humaine que l'on a en nous et la Nature qui nous entoure**

Être Universel et richesse des différences

Vivre 2 ; Se connecter ; Aimer ; Relier 4; Être 2 ; Unir 2 ; Respecter ; Libérer Trouver du sens

Accepter ; Chercher ; Aller vers la pleine conscience ; Trouver le bonheur ; Être conscient

Les 3 verbes clefs de la discussion :

Être\Vivre / Relier\Unir / Aimer / Prendre Conscience



ATELIERS discussions

Le processus d'organisation d'Alternatiba Grenoble est aujourd'hui bien lancé. Pour autant, nous manquons de forces vives pour animer toutes les thématiques, les enjeux, les sujets qui nous passent par la tête. Si vous souhaitez que vive la discussion à laquelle vous venez de prendre part au sein du village, rejoignez-nous en portant ce qui vous est cher!

Pensez-vous opportune la création d'une commission dédiée à la thématique que vous venez d'aborder ?

OUI

Si oui, quelqu'un se propose-t-il pour animer cette commission OU connaissez-vous quelqu'un qui pourrait potentiellement le faire ?

- Janna Hamza Chérif
- Nicolas Fenon
- Charle Bousset

Contact des autres participants :

- - -
- - -

Quelles ressources (livres, sites internet, articles, personnes, associations, autres ...) pour nourrir la discussion ?

- Gandhi
- La bulle du bonne heure \ bonheur ?
- Assosiation Optim'
- Happy lab'
- **association Survival**