



LA VOIE DE L'ATTENTION

Norbert GARAU

2024

STAGES, ATELIERS, CONFERENCES



*La Voie de l'attention est une voie
directe, sensitive et intuitive.*

L'attention est à la base d'un processus de réactualisation et de réunification de notre conscience, d'un état de présence et d'unité fondement de notre être.

La Voie de l'attention est la voie du senti par essence.

L'Art et la pratique de l'attention

La Voie de l'attention est le chemin

L'Art de l'attention est la pratique sur le chemin

Dans l'Art de l'attention nous explorons les coulisses
de la perception et les processus de l'attention

*Pratique corporelle,
Assise en silence,
Marche consciente,
Exercices d'attention*



LA VOIE, L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

STAGES, ATELIERS, CONFÉRENCES

*Vers l'expression de l'être,
du vivant,
de soi même*

LA VOIE, L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

LE PELERINAGE INTERIEUR



Le chemin de l'Attention à soi

UN CHEMIN, UNE PRATIQUE,
UN ETAT,
QUI NOUS INVITENT A VIVRE
L'UNITE DE NOTRE ETRE



LA VOIE, L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

LE PELERINAGE INTERIEUR



Le chemin de l'Attention à soi

ATELIERS CONFÉRENCES

Du Dimanche matin

10h - 11h30, sur Zoom

1 sujet

1 pratique

1 moment de partage

25 février, 21 avril

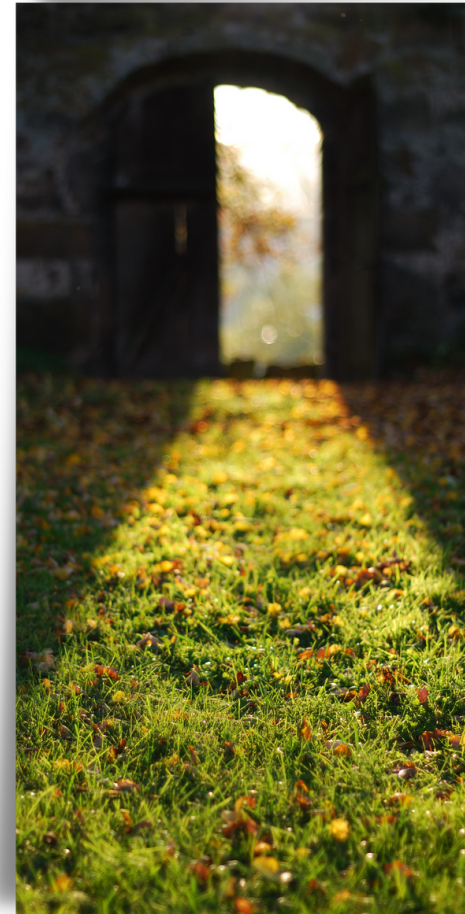
JOURNEES EN PRESENTIEL *

A Paris

9h30 - 17h00

*participation en distantiel possible

Attention et Intuition	21 janvier
Attention et Transcendance	17 mars
Attention et Réunification	26 mai



LA VOIE, L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

LA QUÊTE DE LA VISION



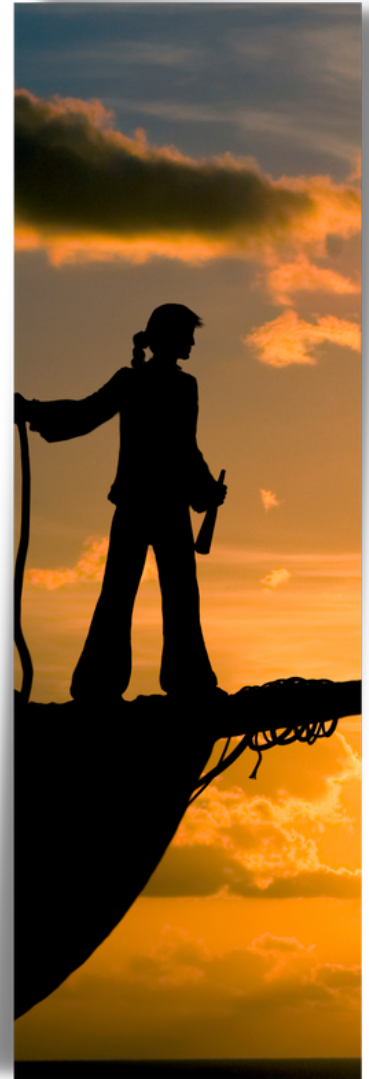
A la rencontre de notre but essentiel

**“ Incarner pleinement ce que je suis dans ma vie
au contact de ma nature essentielle”**

Adopter une perspective multidimensionnelle, pour pacifier notre moi conditionné, pour percevoir, explorer l'essence de notre créativité et nous ouvrir à la potentialité d'être « artiste de notre vie ».

Bénéficier de l'amplitude d'un nouveau regard pour embrasser, sculpter, colorer notre existence toute entière. Incarner ce que nous sommes c'est vivre en accord avec notre propre loi, être fidèle aux idéaux et aux valeurs qui nous habitent... et vivre notre légende personnelle.

***A Céret, dans les Pyrénées Orientales
plus d'information à venir**



LA VOIE, L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

LA QUÊTE DE LA VISION



A la rencontre de notre but essentiel

Stages présentiel de 4 jours



Pacifier les différentes parties de ce moi qui me constitue



M'engager de façon globale et solidaire pour servir ma nature essentielle



Aller à la rencontre de ma "légende personnelle", pour exprimer pleinement mon talent et ma singularité dans mon existence

NIVEAU 1

4 JOURS
Dates à venir en 2024

NIVEAU 2

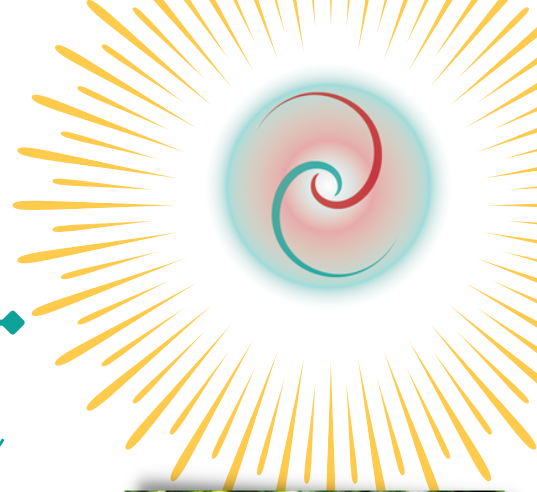
Pour ceux qui ont suivi le niveau 1 en 2023

4 JOURS
Dates à venir en 2024



LA VOIE, L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

STAGE D'ÉTÉ



La voie de l'attention au son du tambour

DU 14 AU 18 AOÛT 2024

ÊTRE ATTENTIF C'EST NOUS DONNER LA CAPACITÉ D'ÉVOLUER, DE NOUS TRANSFORMER, DE CHANGER EN PROFONDEUR, EN VIVANT L'INSTANT DANS SA PLÉNITUDE.

NOTRE REGARD ÉVITE DÈS LORS DE FIGER CE QU'IL VOIT, IL DEVIENT SENSIBLE À LA PRÉSENCE, IL S'OUVRE À LA DIMENSION SACRÉE DE CHAQUE SITUATION, IL RETROUVE LE SENS ET LA BEAUTÉ DE LA VIE.

”

Jean-Yves LELOUP

DANS LES PYRÉNÉES ORIENTALES

Plus d'informations bientôt !





POUR LE SOPHROLOGUE

STAGE DE PERFECTIONNEMENT

*La sophrologie
caycédiennne*



à la lumière de l'attention

LA SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE A LA LUMIERE DE L'ATTENTION

SOPHROLOGUES ET ELEVES EN FORMATION



L'Art et la pratique de l'attention au service du Sophrologue

Développer sa capacité d'attention pour potentialiser le sens de l'écoute, de la perception et de la relation dans l'accompagnement sophrologique.

Renforcer et investir la posture fondamentale du sophrologue avec fluidité, élégance et congruence.

Paris : Du 28 au 30 juin 2024

Céret (Pyrénées Orientales) :

Du 1er au 3 novembre 2024

En savoir plus



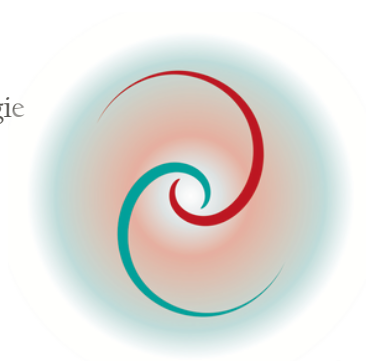
Pour vous accompagner



NORBERT GARAU

Sophrologue Caycédien
Formateur et tuteur en Sophrologie
Accompagnateur
MultiD et Thérapie initiatique

Paris, Perpignan
Tel. 06.82.78.83.66
garaunorbert@gmail.com



CAROLE CONSEIL

Sophrologue Caycédienne,
Praticienne psychocorporelle
& relation d'aide
Formatrice et Consultante

Paris et Région Parisienne
Tel. 06.19.81.61.41
caroleconseil60@hotmail.com



LES TARIFS



L'ART ET LA PRATIQUE DE L'ATTENTION AU QUOTIDIEN

LE PELERINAGE INTERIEUR

Atelier Conférence

L'atelier de 1h30 sur Zoom, 10h - 11h30

24 €

La journée de Stage

Le stage d'une journée en présentiel/distanciel
9h30 - 17h

100 €

Pèlerinage intérieur complet

Les ateliers conférence + les 3 journées de stage

372 €

LA QUETE DE LA VISION

Niveau 1

Dates à venir - prix hors hébergement

360 €

Niveau 2

Dates à venir - prix hors hébergement

360 €

STAGE D'ÉTÉ

Dans les Pyrénées orientales

Du 14 au 18 aout 2024

Dans les Pyrénées Orientales
Prix hors hébergement

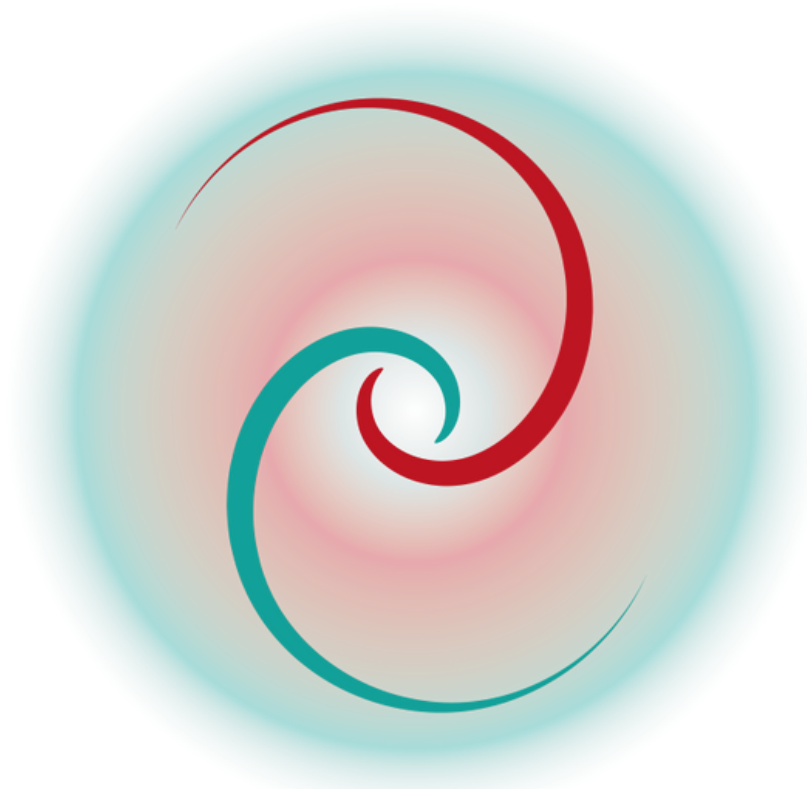
400 €

TARIF "Fidélité" -25% sur le prix indiqué

*Avoir participé à nos activités en 2023

POUR VOUS INSCRIRE





ACOREÂ

Nous accorder à l'essentiel

[Mail : contact@acorea.fr](mailto:contact@acorea.fr)

[Site internet : acorea.fr](http://acorea.fr)

