

Cours 6

Méditation et pleine conscience : quelle place pour la connaissance de soi ?

Par Caroline Pesme

La méditation s'est peu à peu installée dans le monde occidental, jusqu'à devenir une vraie mode aujourd'hui : elle ne cesse de faire des initiés et franchit aussi bien les clubs de gymnastique que les hôpitaux, les entreprises, ou même les écoles. Elle offre un chemin plus que séduisant, surtout dans ses premières étapes qui invitent à mieux connaître son corps et à puiser en soi-même une « énergie positive ». Le philosophe ne peut qu'être interrogé sur les fondements de cette pratique : **le but de ce cours est donc d'analyser les méthodes proposées par la méditation en cherchant à rendre compte de la nature profonde de l'homme.** La méditation de pleine conscience offre-t-elle une connaissance de soi ? La formule socratique « connais-toi toi-même », chère à la philosophie, est-elle démodée, dépassée par ce que la méditation propose ?



Plan du cours

1. Qu'est-ce que la méditation ? Ses piliers, ses fondements historiques et philosophiques
2. Connaissance de soi et conscience de soi : quelle différence ?
3. Que dévoile-t-elle de l'homme ?
4. Transcendance et immanence ; spécisme et antisécisme
5. La méditation peut-elle être féconde ? Comment ?

Calendrier du cours 6

Le lundi de 19h30 à 21h

18, 25 mars

1, 8, 15 avril

Tarifs *

Adultes : 60 €

Étudiants : 30 €

Caroline Pesme est diplômée de l'IPC, enseignante à l'IPC et conférencière.

* Le tarif des cours est établi sur une base de 8€/h. Il est préférable d'assister à l'ensemble du cycle de cours.

Bulletin d'inscription

Contact et renseignements

Clothilde de Maupeou : contact@ipc-paris.fr

à renvoyer à : IPC - 70 avenue Denfert-Rochereau - 75014 Paris

Inscription aux Cours tout public

M. Mme Melle

NOM :

Prénom :

Date de naissance : / /

Profession :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél./port. :

e-mail :

Vous avez connu l'IPC par.....

Cours choisi(s)	Prix
	€
	€
	€
	€
	€
	€
	€
Total	€

Tarif étudiant : joindre copie de la carte étudiant

Tarif dégressif : 25 % de réduction pour le 2^e cours et 40 % à partir du 3^e cours

Je joins un chèque de€ à l'ordre de « IPC ».

Fait à

Le

Signature :