

# Jacques VIGNE

## CONFERENCE

le souffle  
de Charonne

Filla Brion & Le Souffle de Charonne vous  
proposent cette année, une conférence de **Jacques VIGNE**



*Jacques Vigne est un passeur entre Orient et Occident, méditation et psychologie, science et spiritualité. Psychiatre de formation, il a rejoint l'Université de Bénarès où il a pris goût à l'Inde. Il y vit depuis plus d'une trentaine d'années et il y a découvert le yoga. Il ne se définit pas comme enseignant mais comme apprenti-disciple. Il partage maintenant son temps entre l'Inde, l'Asie et un ermitage dans l'Himalaya. Il se consacre à l'étude, à l'écriture et à l'accompagnement de pèlerinages ou de séminaires. Auteur de plusieurs livres, il trace une voie qui mêle bouddhisme, hindouisme et christianisme.*

## L'EQUANIMITE

Chacun cherche le bonheur, mais considère naïvement qu'il ne devrait pas lui advenir ou qu'il ne devrait penser uniquement qu'à des choses positives. Que faire quand les événements négatifs surviennent, ce qui est bien sûr inévitable? Développer l'équanimité. Cela revient à réinstaller un flux très régulier d'énergie au-delà des blocages qui proviennent du fait qu'on s'accroche aux expériences agréables et qu'on se fige contre celles qui sont désagréables. On atteint ainsi un état de pensée positive ouverte et sans naïveté et une joie subtile au-delà du plaisir et de la souffrance. On se prépare à l'équanimité en s'entraînant systématiquement à sentir que ce qui nous fait envie ou peur est essentiellement impermanent, c'est à-dire fragile et facilement « cassable ».

La conférence sera suivie d'une méditation guidée, et d'un temps de questions-réponses.

**jeudi 27 juin de 20h00 à 21h30**

**accueil à 19h30 au 75 rue Alexandre Dumas Paris 20e**

**Participation: 8 €**

**2 € chômeurs, étudiants et les gens en difficultés financières  
règlement à faire sur place**

**Contact et informations:** Marina Hammoutène - [mahammoutene@free.fr](mailto:mahammoutene@free.fr)

**Organisatrice:** Filla Brion 06 08 89 64 83