



CHEMINS  
DE SHANTI

RENCONTRE DES SPIRITUALITÉS

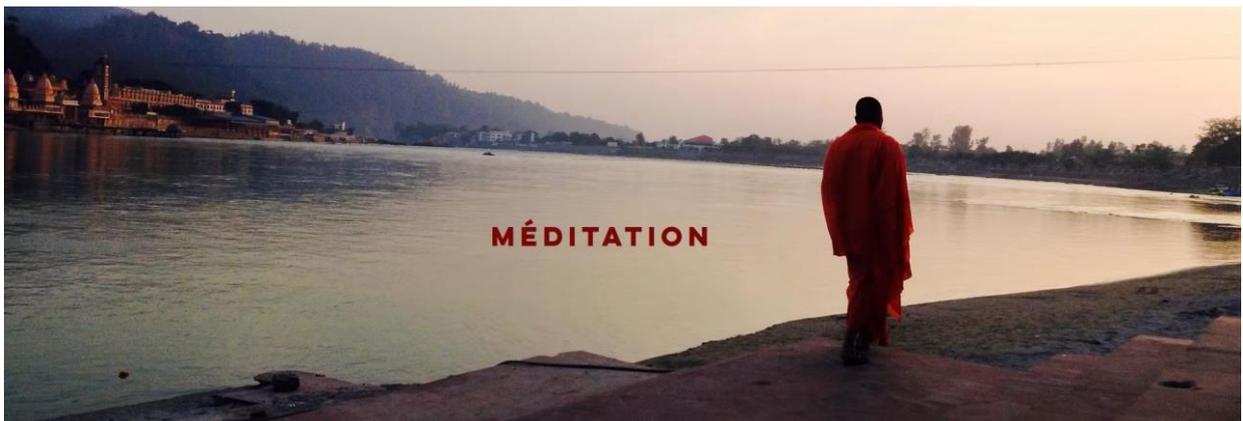
## Rencontre avec **Dominique CASSIDY**

**Du 30 janvier au 1 février 2026**

Arche de Saint-Antoine

Saint-Antoine l'Abbaye (38)

### **Du Brouhaha mental à la porte du silence**



**Les mots : « liberté intérieure », « présence divine » et « paix » peuvent être compris comme une seule et même chambre intérieure au cœur de notre Être. Cette chambre est tout le temps accessible, au plus proche de nous-même, il suffit de s'y retrouver. Cependant, cette rencontre éternelle semble le plus souvent bien distante : nous sommes distraits ailleurs, par le monde, nos vies et notre mental.**

**Dans cette retraite, nous aborderons comment avec la méditation, il est possible de faire de la place en soi pour retrouver son chemin intérieur...ou s'y laisser tomber.**

*Temps de méditation avec apprentissage progressif de techniques de stabilisation de l'esprit. Les méditations seront guidées et suivies de pratiques silencieuses individuelles. Temps d'échanges et d'exploration commune. Pratique du silence durant une partie du week-end.*



*Dre Dominique Cassidy est médecin spécialisée en psychiatrie et psychothérapie. Elle s'intéresse spécifiquement au traitement du burn-out, à l'accompagnement en soins palliatifs, propose à la faculté biomédicale des ateliers sur l'intégration de pratiques spirituelles à la médecine et dirige des ateliers de transformation du stress basés sur la méditation destinés aux professionnels de la santé. 4<sup>ème</sup> Dan d'aïkido, elle pratique le Yoga et la méditation depuis plus de 25 ans et enseigne la méditation tant dans un contexte médical que spirituel. Elle vit une partie de l'année en Inde où elle étudie le sanskrit et se retire régulièrement dans le silence. Son enseignement découle de la rencontre de 3 traditions spirituelles : l'advaita vedanta, le bouddhisme tibétain et la mystique chrétienne.*

*Dominique souhaite que l'argent récolté pour ses sessions soit consacré aux œuvres de Nani Ma, que les Chemins de Shanti soutiennent par ailleurs en Inde. Nani Ma, un sage ermite, a initié un hospice « Ganga Prem Hospice » pour accueillir et soigner les cancéreux, à Rishikesh. Dominique y offre des consultations de psychiatrie bénévolement.*

## **POUR PARTICIPER À CETTE RENCONTRE :**

### **Informations pratiques :**

L'accueil des participants aura lieu le vendredi 30 janvier à partir de 17 h et la session débutera à 18h. La session se terminera le dimanche 01 février à 16h00

### **Prévoir :**

Une écharpe, des chaussettes, un vêtement chaud. Si possible, amener un tapis de yoga et un coussin. Il y a des chaises disponibles dans la salle.

### **Comment s'inscrire ?**

### **Participation :**

- 1) **Courriel** à Elisabeth Delorme : [patanjaliys2023@gmail.com](mailto:patanjaliys2023@gmail.com) en transmettant vos nom, prénom et coordonnées mail. Ou par téléphone : 06 79 17 91 53
- 2) **Organisation et pédagogie : 170 €\*  
Tarif « early bird » : 150 €\* si inscription jusqu'au 30 décembre 2025  
Tarif duo : 300€\* pour une inscription à deux  
(\*dont 50€ d'arrhes incluses par personne)  
En cas de difficultés financières, contacter Elisabeth.**

L'adhésion 2025-26 à l'association Chemins de Shanti est obligatoire : 20 € (où adhésion de soutien 40€, ou adhésion Bienfaiteur 108€, avec cadeau d'une calligraphie).

3) **Effectuez votre règlement** :

⇒ En ligne sur la plate-forme sécurisée Helloasso : [Cliquez ici](#)

⇒ Ou par **chèque\*** à l'ordre de « *Chemins de Shanti* » à envoyer à  
**Elisabeth Delorme - 38 route de la Vallée, 69380 Chessy.**

\* Merci d'indiquer au dos du chèque :

– Vos nom, prénom, adresse mail ainsi que l'objet : « Dominique Cassidy – Janvier 2026/+adhésion »

 **Le lien pour réserver votre pension auprès de l'Arche vous sera alors transmis.**  
***Veillez ne pas contacter l'Arche, merci.***

**Conditions d'annulation :**

En cas d'annulation de la session de notre fait, les frais avancés seront entièrement reversés. Pour désistement de votre fait à moins de 10 jours du début de la session, les arrhes (incluses dans le tarif) d'un montant de 50€/p seront conservées.

**Adresse de la session** : L'Arche de St-Antoine, 34 la Basse-Cour - 38160 Saint Antoine l'Abbaye

**Pour s'y rendre** : une [carte ici](#)

Par le train : Gare SNCF de Saint Marcellin, par la route depuis Lyon, Valence ou Grenoble.

Possibilité de covoiturage. Dans les trois cas suivre <https://www.arche-sta.com/comment-arriver/>

**Hébergement et pension complète :**

À partir de 71€, selon les options retenues + adhésion à l'Arche 17€.

Nous attirons votre attention sur les propositions sociales offertes par l'Arche de St Antoine à l'intention des personnes en difficulté financière.

**Pour en savoir plus** : [la chaîne YouTube de Dominique Cassidy](#)

Retrouver tous les lundis et mercredi Dominique pour un temps spirituel et une méditation :

[Dre Dominique Cassidy Centre Présence](#)

**2 vidéos sur la Chaine Youtube des Chemins de Shanti :**

[L'auto-compassion, porte d'entrée pour le silence intérieur](#)

[Les pensées dans la méditation](#)

**Retrouvez tous nos programmes sur notre site** : [www.cheminsdeshanti.fr](http://www.cheminsdeshanti.fr)

Merci beaucoup, nous espérons vous retrouver bientôt. L'équipe de Chemins de Shanti