

# Charte des Assemblées

Elle permet d'honorer l'intention des assemblées de proposer un espace d'accueil et d'alignement avec sa propre vérité, tout en offrant un espace sécurisé et respectueux pour tous les participants.

## 1. Engagement au Respect du Temps

- Engagement à Soi et au Collectif : La participation aux assemblées implique un engagement envers soi-même et le groupe. Chaque participant.e s'engage à être présent à l'heure, à respecter la durée des sessions et à honorer l'espace en y apportant son attention pleine et entière. Le respect du temps partagé en assemblée est essentiel pour maintenir l'harmonie et la fluidité de l'expérience collective.
- Ponctualité et Présence : Arriver à l'heure permet de ne pas perturber le déroulement des sessions et de respecter l'énergie collective qui se forme dès le début. Si toutefois vous deviez arriver en retard, cela doit se faire en silence pour ne pas interrompre le groupe.

## 2. Absence d'Enregistrement et de Captation

- Non-enregistrement des séances : Aucune session, qu'elle se déroule en ligne via Zoom ou en présentiel, ne sera enregistrée, filmée ou photographiée. L'intention est de favoriser un état de présence totale, où chacun.e peut se sentir en sécurité, authentique et vulnérable sans craindre une diffusion extérieure.
- Pas de photos ou de vidéos en présentiel : Les espaces physiques sont des lieux de partage sacré. Afin de respecter l'intimité et l'intégrité de tous.tes les participant.es, aucune photo ou vidéo ne doit être prise durant les sessions.

## 3. Conscience de l'Espace et de l'Intention

- Espace de Connexion et d'*Empowerment* : Cet espace n'est pas un lieu thérapeutique. Il s'agit d'un lieu de reconnexion à soi-même, à sa propre guidance intérieure, et d'*empowerment* qui invite à l'autonomie. Chaque personne s'engage à écouter ses ressentis, à honorer sa vérité personnelle et à faire confiance à son chemin intérieur.

- Accompagnement par l'introspection : Les personnes qui ouvrent cet espace sont des facilitateur.ices et ne cherchent pas à diriger ou à conseiller de manière thérapeutique, mais à offrir un espace où chacun peut s'autoriser à se connecter à son propre potentiel, ses propres réponses et sa lumière intérieure.

#### **4. État de Santé et Conditions Particulières**

- Participation consciente et autonome : Ces espaces sont ouverts à des personnes conscientes de leur état émotionnel et mental et capables d'autogestion émotionnelle. Ces groupes ne conviennent pas aux personnes sous traitement médicamenteux lourd, souffrant de grande dépression, ou vivant avec des pathologies cérébrales comme la bipolarité ou d'autres troubles nécessitant une attention médicale spécialisée. De fait, les facilitateurs de cet espace ne sont pour l'instant pas formé.es pour accueillir de tels profils. De plus, les assemblées se déroulant régulièrement en ligne, même si un accompagnement post assemblée peut-être prévu, au besoin, il est important que chacun puisse se sentir autonome.

- Prise en charge spécifique : Toute personne présentant des troubles mentaux sévères ou nécessitant un accompagnement thérapeutique est encouragée à se diriger vers des professionnels de santé qualifiés avant de participer à ces sessions.

#### **5. Écoute Active et Non-Jugement**

- Respect de la parole et du silence : Lorsque quelqu'un partage, les autres membres s'engagent à écouter activement sans interrompre ni juger. Chaque partage est un cadeau, et le silence respectueux fait partie intégrante de l'écoute.

- Soutien sans intervention : Cet espace est aussi consacré à l'écoute mutuelle, sans tentative de "réparer" ou de conseiller. L'expérience de chacun.e est unique et précieuse et elle est accueillie dans la neutralité bienveillante.

## **6. Confidentialité et Sécurité**

- Confidentialité absolue : Tout ce qui est partagé au sein des espaces de méditation ou de parole est strictement confidentiel. Les expériences et témoignages des participant.es ne doivent jamais être répétés ou partagés en dehors du groupe sans leur consentement explicite.
- Sécurité émotionnelle : Le groupe s'engage à créer un environnement émotionnellement sûr où chacun peut s'exprimer librement, sans crainte de jugement ou de rejet.

## **7. Neutralité des assemblées**

- Neutralité du cadre : Les assemblées se veulent non dogmatiques et non prosélytes. Il n'y a pas transmission de système, de croyances ou de pratiques spécifiques auxquels il est demandé d'adhérer pour participer. Chacun est libre de venir et de repartir avec ses propres croyances, sa spiritualité et son cheminement. L'objectif est de créer un espace inclusif où chacun.e est accueilli.e tel.le qu'il/elle est, sans discrimination ni tentative de conversion à un système de croyance particulier.
- Neutralité des participant.es : De même, les facilitateur.ices et les participant.es s'engagent à partager leur expérience en partant d'eux, dans le respect total de l'individualité et de la diversité des approches spirituelles ou personnelles de chacun.e.