

Être présence dans l'instant

Accueillir, accepter et aimer ce qui EST

Retraite intensive de 4 jours à Baron (Saône-et-Loire)

Le plus souvent, nous trouvons une bonne raison de reporter le bonheur à plus tard : quand nous aurons de l'argent, un compagnon, quand nous ne serons plus malades, quand nous aurons touché au but fixé... Et nous ne soupçonnons pas le trésor que nous possédons déjà.



Quand nous découvrons qu'être heureux, établi en Soi-même, ne dépend de personne et qu'aucune condition n'est nécessaire, nous pouvons nous arrêter de courir, pour enfin descendre au cœur de nous-mêmes. Dans le silence, nous réalisons que ce que nous cherchons a toujours été là : la joie, l'amour, la plénitude, se révèlent spontanément. La souffrance se dissipe quand nous voyons que c'était les idées que nous avons construites sur nous-mêmes qui la créaient. La présence se révèle instant après instant dans l'accueil de ce qui Est.

Durant cette retraite nous ne nous occuperons pas de développement personnel, mais du déconditionnement de la personne. Le cœur de nos propositions pointera vers l'Être afin d'expérimenter notre vraie nature : la conscience pure. Ce que nous sommes vraiment n'est pas un objet, il doit être reconnu pour quitter l'illusoire.

Nous vous proposons des méditations guidées, des pratiques de présence globale, des temps de questions/réponses et les expérimentations qui surgiront de l'intuition de l'instant (peinture, musique, mouvement ou autres) pour revenir à la reconnaissance de notre Être. Nous pourrions ainsi rayonner la saveur de ce que nous sommes.



Muriel Hemelsoet et Jean-Philippe Faure ont une longue expérience en CNV et en Yoga, ainsi que dans le Shivaïsme cachemirien et l'Advaita, mais ils guideront ces journées en s'appuyant sur la fraîcheur de l'instant et la reliance au groupe

Dates : du lundi 9 juillet à 10h au jeudi 12 juillet à 17h. Il s'agit d'une formule résidentielle, les horaires seront déterminés d'entente avec le groupe.

Le prix de cette retraite est libre et conscient, vous déterminez et versez la somme qui vous semble juste à partir de 240 €.

Les repas du matin et du soir sont en gestion libre, les repas de midi sont végétariens et bio, préparés par nos soins pour 12 € par jour.

Le lieu : Cet atelier se vivra chez nous à Pringues, 71120 Baron.

L'hébergement peut se faire sous tente (avec votre matériel) à 8 € la nuit, en chambre commune à 18 € la nuit ou en chambre seule à 28 € la nuit.

Inscriptions et renseignements auprès de Muriel au 07.71.07.24.36 ou muhemelsoet@hotmail.com



BULLETIN D'INSCRIPTION

À envoyer à Muriel Hemelsoet – Pringues – 71120 Baron

Je m'inscris à l'atelier Être Présence dans l'instant du 9 au 12 juillet 2018 à Baron. Je joins un chèque d'acompte de 100 €, à l'ordre de Muriel Hemelsoet (en cas d'annulation moins de deux semaines avant le début du stage, le chèque pourrait être encaissé).

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Téléphone :

Courriel :

Lieu et date :

Signature :