

## « Vivre le Mystère que Je Suis - réaliser mes potentiels de Vie »

Parcours chamanique en groupe continu 2020 avec Milaya Lodron

Comment faire pour vivre pleinement ? Comment faire pour pacifier nos conflits intérieurs ?  
Comment accéder à plus de liberté d'être et de joie incarnée ? Comment nourrir des relations plus épanouissantes et soutenantes afin de créer des espaces du « nouveau Nous » ?

Mon approche consistera à vous guider à travers divers explorations sensorielles et énergétiques pour révéler votre être véritable.

Ce voyage que nous allons entamer ensemble prendra place au travers du corps. Le corps chanté, le corps en mouvement mais aussi le corps spirituel.

Cette approche est pluri-temporelle, nous allons donc explorer les schémas répétitifs qui se sont forgés à partir de traumatismes passés et qui entravent l'expression de notre authenticité dans le présent. Cette transformation opérée, aura pour effet d'activer de nouvelles potentialités pour notre futur. Grâce aux constellations chamaniques, nous allons travailler sur divers plans de conscience et du transgénérationnel. La Somatic Experiencing nous permet de guérir nos traumatismes et de nous reconnecter à notre force vitale originelle.

Cette approche est globale, elle allie le corps, à la nature de l'être spirituel que nous sommes, pour un travail en profondeur. L'idée est de vous transmettre des outils qui vous faciliteront la création de votre propre pratique. Elle sera donc adaptée au quotidien de chacun ceci dans un but d'autonomie. C'est à la fois ce cheminement intime et l'expérience de communion dans le groupe qui nous permettent d'embrasser qui nous sommes et ainsi de vivre L'Essentiel.

### Axes de travail :

- ❖ Accueil de ce qui est, « je m'accueille tel(le) que je suis »
- ❖ Connexion profonde avec soi et avec les autres Êtres pour faire l'expérience incarnée de l'Amour
- ❖ Travail émotionnel en apprivoisant mes émotions et en m'ouvrant à la dimension spirituelle des émotions
- ❖ Exploration de mes limites et ma juste place : comment rayonner sans peur de faire de l'ombre
- ❖ Reconnexion avec la nature et le monde invisible en libérant mon instinct et ma force vitale afin d'oser l'authenticité
- ❖ Réconciliation avec mes ancêtres et connexion aux ressources de mes lignées
- ❖ Discernement du fonctionnement des différentes parts de moi-même et travail avec l'Ombre : ce que je ne connais pas de moi-même d'après C.G. Jung ; ceci afin de les relier et de permettre un véritable lâcher prise pour laisser éclore la totalité de l'être : le « Soi authentique »
- ❖ Clarification de ma véritable « raison d'être » et de ce qui vient au monde à travers moi

### Outils :

- \* Travail sur les émotions à l'aide de différentes approches : enfant intérieur, constellations, dialogue intérieur...
- \* Travail sur les mémoires corporelles avec le "Somatic Experiencing" (Peter Levine), technique de résilience et de résolution de traumatismes
- \* Travail spirituel de conscience : clarification de la relation entre le « Soi », le « Je » et « l'Égo »
- \* Pratiques Chamaniques : travail de la relation avec les ressources chamaniques telles que l'Animal Totem, voyages chamaniques mis en mouvement et en son, immersion dans la Nature, tambour, danses en cercle, pratiques rituelles et célébrations
- \* Constellations chamaniques & Rituels systémiques (d'après Daan van Kampenhout) : apprentissage des composantes d'un rituel et création de rituels individuels et collectifs, sagesse de la roue de médecine
- \* Chants & sonorités archaïques, chants sacrés spontanés, chants de guérison, travail vocal, techniques de respiration, écoute sensible

### *Pédagogie et suivi :*

*A chaque session, des supports pédagogiques vous seront fournis (vidéos et audios de visualisations, de méditations guidées, webinars, etc) et vous serez accompagnés et soutenus par des outils concrets à mettre en pratique tout au long du parcours.*

*Inscription & prérequis : pour participer à ce parcours initiatique il est nécessaire d'avoir déjà fait quelques pas sur votre chemin d'épanouissement quelle que soit l'approche. Il requiert un engagement profond sur la totalité du cycle (suite au premier week-end ouvert), la volonté de discerner et de lâcher nos conditionnements et l'envie de plonger dans l'inconnu de soi. Pour valider votre inscription il est nécessaire d'effectuer un court entretien (via Skype ou téléphone) avec Milaya afin d'échanger sur vos motivations.  
Nina Buret – Gutknecht accompagnera le parcours en tant qu'assistante.*

### **Parcours de 5 week-ends :**

14 -16 février Gîte Le Revel [www.gite-le-revel.fr](http://www.gite-le-revel.fr)

13 - 15 mars Gîte du Mas Le Comte <http://sylvain-nuccio.com/>

24 - 26 avril Gîte Mas Corbières <http://www.mascorbieres.com/groupe.html>

15 mai - 17 mai Les Yourtes <http://souleyourt.com>

19 - 22 juin Mas Corbières WE de 3 jours commence vendredi 19 juin à partir de 18h, fin lundi 22 à 16h <http://www.mascorbieres.com/groupe.html>

Le premier week-end du 14 – 16 février est ouvert à tous ceux qui voudraient découvrir mon travail et ne souhaitent/peuvent pas encore s'engager sur un parcours long. Ensuite le parcours se poursuivra en groupe continu et afin d'assurer la cohésion du groupe un engagement aux 4 sessions restantes sera requis. Chacun des 4 WE nous serons guidé par une direction de la roue de médecine.

**Horaires :** vendredi 19h00 jusqu'à dimanche 17h00

**Lieux :** Dans 4 centres de stages à proximité de Montpellier afin de bénéficier de **lieux de pouvoir extraordinaires et de la nature sauvage des Cévennes.**

**Tarif stage 2 jrs:** 220€ tarif de base ; tarif faible budget 200€ ;

Stage de clôture de 3 jours : 290€ tarif de base ; 270€ tarif faible budget ;

**Tarif des hébergements,** pour 2 nuits :

Nous allons opter pour la gestion libre dans les centres de stages où cela est possible, dans certains lieux il va falloir éventuellement prendre la demi-pension.

Il faut compter environ par week-end 40 € (20€ par nuit) en gestion libre ou 90 € en demi-pension (plus environ 10-15€ frais généraux).

**Modes de règlement :** acompte de 100€ (chèque de garantie non encaissé) à l'inscription, ensuite paiement en espèces

En cas d'annulation d'un stage quelque soit la raison, le chèque de 100€ sera encaissée. Cependant cette somme pourra être utilisée pour bénéficier d'une séance en individuelle, aussi dans l'optique de pouvoir intégrer l'enseignement du stage manqué.

Hébergement à régler sur place en espèces ou chèque (éventuellement chèque vacances).

**Pour s'inscrire :** nous contacter pour recevoir le bulletin d'inscription

Nina Buret – Gutknecht [ninag@gmx.ch](mailto:ninag@gmx.ch) 06 49 95 85 05