

Prix: 500 euros

**Acompte:150 euros à verser
pour inscription et réservation de
l'hébergement avant le 15
octobre 2017**

**Solde de 350 euros au premier
jour du stage.**

**Renseignements:
0556472554**

Iraty

**Le plaisir de vivre
spirituellement dans
le confort d'un
chalet au milieu de
la forêt et dans la
montagne du pays
basque**

**Du samedi 3 février
au samedi 10
février 2018**

La forêt d'Iraty est dans le pays basque à 1300m d'altitude, près de Saint Jean Pied de Port.

Elle offre un cadre doux et sauvage en même temps, propice à la marche sur des chemins faciles et enneigés l'hiver, avec ou sans raquettes.

Le chalet confortable (6 personnes max.), permettra de vivre des ateliers de relaxation et de découverte de soi au coin du feu.

Nous confectionnerons ensembles de bons repas et partagerons des soirées

devant la cheminée.

Je vous invite à un séjour dont l'intention est le plaisir de vivre en conscience dans une atmosphère éclairée par l'esprit de fraternité bienveillante et la joie d'être dans la simplicité authentique.

Nous développerons l'art de l'attention portée à soi comme tout autant offerte à chacun.

L'écoute et l'empathie s'inviteront notamment au cours des soirées de cercles de parole et du jeu de la transformation.

Nous nous éclairerons sur le chemin à suivre en 2018 avec le tambour spirale ainsi que le tarot de Marseille.

Nous ferons un jeûne de 24h.

Nous méditerons chaque matin face à l'Est avant le petit-déjeuner.

Les matinées seront consacrées à la pratique de l'éveil intérieur: respiration-relaxation et rêves éveillés.

Les après-midis, nous irons dans la nature, soit en solitaire soit en compagnie. Que du bonheur!

