



## RETRAITE INTENSIVE

*Déployer les ailes  
de notre être véritable...*

*Ouvrir nos portes  
vers un avenir radieux...*

### **Avant d'arriver...**

Chacun d'entre vous est invité à réfléchir à son intention qui sera le fil rouge de votre retraite. Quel est mon plus grand souhait généralement couplé d'un grand défi? Je vous demande de bien vouloir apporter **un objet symbolisant cette intention** que vous déposerez sur l'autel au centre de notre Cercle et récupèrerez le dimanche en partant.

### **PREMIER JOUR : Jeudi**

La retraite commence le jeudi à 14h. Il est recommandé d'arriver sur place plus tôt afin de prendre le temps de vous installer et de souffler avant d'entrer dans le Cercle. Le repas du jeudi midi n'est pas prévu mais vous pouvez apporter votre pique-nique.

#### **14h-18h: Arriver, se déposer, entendre l'Appel...**

Entrée dans le Cercle sacré, appel des guides et gardiens, pratiques énergétiques et **premier voyage** de nettoyage et harmonisation.

**19h-20h:** Diner

**20h30-21h30 :**

Enseignement « Qui sommes-nous véritablement ? » et Chants sacrés

### **DEUXIEME JOUR: Vendredi**

**08h - 08h30 :** Yoga et méditation

**08h30:** Petit déjeuner

**09h30- 12h30 :** *Chemin de vie, chemin d'âme... Où en suis-je ?*

Pratiques énergétiques, atelier, enseignement et marche consciente en nature.

**12h30 - 13h30 :** Déjeuner

**14h-18h:** *Vers une réconciliation du féminin et du masculin en moi.*

*Quelles sont les mémoires et les croyances qui me limitent ?*

Enseignement, atelier et **2ème voyage** chamanique.

**19h-20h :** Diner

**20h30 - 21h30 :** Chants sacrés et appel du rêve.

## TROISIEME JOUR : Samedi

**08h - 08h30** : Yoga et méditation

**08h30**: Petit déjeuner

**10h - 12h30** : *Enfance, lignée, vies antérieures...*  
*Lever les mémoires limitantes pour découvrir qui Je Suis*  
Enseignement, **3ème voyage** chamanique et atelier

**12h30-13h30** : Déjeuner

**14h-18h** : *Reprendre son pouvoir, se replacer au centre de sa vie*  
Marche consciente, attraction de mon plus beau futur, danse des 4 directions

**19h-20h** : Diner

**20h30** : Rituel de transformation autour du Feu sacré

## QUATRIEME JOUR : Dimanche

**08h - 08h30** : Cérémonie de la Puja, hommage à la divinité en Soi pour préparer le dernier voyage

**08h30**: Petit déjeuner

**09h30 - 12h**: *Rencontre avec le Joyau*  
**Dernier voyage chamanique**, culmination de la retraite, cérémonie de restauration de l'Être

**12h-13h** : Déjeuner

**13h30-15h** : Cercle de paroles final et réouverture du Cercle

**PRECISIONS** : Places limitées à 12 participants. Retraites non recommandées aux personnes fragiles et/ou sous traitement.

Les voyages chamaniques sont induits uniquement par le son du Tambour sans aucun usage de plantes.



*Ce programme est donné à titre indicatif et sera ajusté en fonction de l'énergie du moment et du groupe.*

*Pour certaines de ces retraites, j'aurai la joie d'être assistée par mon compagnon Maxime Nobis.*

**Toute inscription ne sera confirmée qu'à réception du chèque d'arrhes.  
Soyez les bienvenus(e)s !**

**Claire Eggermont ( 07 81 31 36 93 )**