



Revenir au centre

Méditation Corps Conscient et Chi Mandala de l'être*

Danse des rythmes premiers (accessible à tous)
14 et 15 Juin 2025 à BRUXELLES – WE Initial
avec Nicole Bernard et Martine Bodilis



Les textes anciens disent « le Tao n'est pas loin, il est dans mon corps ». Le corps écoute, le corps répond, le corps nous enseigne.

La Méditation et la danse joyeuse des Rythmes Premiers pour se centrer.

Le Mandala de l'Être pour comprendre pourquoi et comment je me décentre et initier un retournement de mes comportements.

Un processus de 2 jours qui alterne ces pratiques, des échanges et des mises en situations, en impliquant en permanence l'intelligence du corps qui est dans l'ici et maintenant et dit toujours la vérité de ce que je vis.

Le Mandala de l'Être est un outil de conscience mis au point par Richard Moss pour se dégager de l'emprise du mental qui tourne en boucle. D'une simplicité renversante, il est aussi d'une richesse foisonnante : une clef de l'exploration intérieure !

Nous nous affranchissons du « moi de la vie de tous les jours » pour approfondir notre connexion avec notre centre intérieur qui cherche l'intégration harmonieuse de tout ce qui nous constitue.

Pour qui cherche authenticité et liberté ce stage est une occasion à saisir.

Nicole BERNARD enseigne depuis 40 ans les techniques corporelles énergétiques Tai Chi / Qi Gong et méditation. Elle a travaillé avec Richard Moss, pendant 15 ans et est certifiée « Mandala de l'être ». Elle est aussi certifiée Analyste Jungienne de Rêves par L'Ecole des rêves et des profondeurs.

Martine BODILIS enseigne le Tai Chi, le corps postural et la danse depuis 35 ans, elle a une maîtrise en psychologie.

Lieu : 43 Rue des Griottes 1180 UCCLÉ **Horaires** : samedi 9h30/13h- 14h30/18h Dimanche 9h30/13h-14h30/17h

Tarif Enseignement : 200€

Renseignements - Simone : simone@chant-interieur.be

Bulletin d'inscription Méditation 14 et 15 Juin 2025 BRUXELLES

à envoyer à Simone Pétrequin 43 rue des Griottes B-1180 Bruxelles ou par mail à Simone@chant-interieur.be

Nom et Prénom.....

Adresse.....

.....Tel.....

Email.....

Je m'inscris au stage des 14 et 15 Juin Bruxelles

Je souhaite une facture ◊

et je verse ce jour 200€ sur le compte de l'association Le Chant Intérieur BE 28 0682 4291 6420 non remboursables en cas de désistement moins de 3 semaines avant le stage. Votre inscription est confirmée à réception de votre règlement.

Date et signature