WEEK-END DE MÉDITATION

Connexion *Terre & Ciel*

Un temps pour se reconnecter à son axe intérieur, entre ancrage et ouverture.

Vous reconnecter à votre corps · Apaiser votre mental · Rééquilibrer vos énergies · Retrouver votre axe intérieur

PROCHAINES DATES

- ☐ 28 et 29 novembre 2026 à PREUX AU BOIS
- ☐ 23 et 24 janvier 2027 - Lieu à définir

Pourquoi ce week-end ?

Ces week-ends sont nés d'un double constat. Aujourd'hui, dans nos sociétés occidentales, nous vivons majoritairement dans le mental, déconnectés de notre âme — ce qui génère beaucoup de souffrances, une suractivité permanente et une déconnexion progressive de notre ancrage.

Cette déconnexion a plusieurs conséquences :

- une mauvaise « nutrition » de notre corps physique et de nos autres dimensions (émotionnelle, énergétique...)
- une perte de stabilité intérieure et de protection naturelle
- une connexion partielle à nous-mêmes
- une déconnexion de notre guidance intérieure

Ce qui amène de nombreuses personnes à se sentir perdues dans leur vie, sans direction claire.

Que vous soyez en chemin personnel ou thérapeute, nous sommes tous concernés.

Comment se déroule le week-end ?

Ces deux journées sont construites comme un véritable parcours progressif. Vous êtes guidé(e) pas à pas à travers 6 modules, alternant pratiques et apports, pour vous amener vers un réalignement profond et durable.

L'objectif est de vous permettre de :

- vous reconnecter à votre axe Terre / Ciel
- retrouver un fonctionnement intérieur plus juste
- réactiver vos capacités naturelles d'équilibre, de régulation et de paix

Composition des 6 modules

1. **Comprendre votre fonctionnement** — Bases essentielles : corps physique, informations, énergies, organes et tissus
2. **Respirer efficacement** — Apprendre une respiration juste pour soutenir votre énergie et votre équilibre
3. **S'ancrer** — Revenir dans le corps, dans la matière, dans la stabilité
4. **S'expanser**
5. **Se connecter à la source** — Accéder de manière autonome à une connexion plus vaste
6. **Faire circuler l'énergie de vie** — Apprendre à diriger et faire converger l'énergie dans votre corps

Les bénéfices

Grâce à cet outil méditatif, vous pourrez :

- retrouver un alignement intérieur
- apaiser votre mental
- renforcer votre ancrage et votre stabilité
- vous reconnecter à votre guidance
- amener l'énergie vers les zones de votre être qui en ont besoin
- soutenir votre équilibre global et votre santé

Pour qui ?

Ce week-end est ouvert à toute personne :

- en quête de sens ou d'alignement
- souhaitant se reconnecter à elle-même
- désireuse de retrouver un mieux-être durable grâce à la pratique d'un outil d'autoguérison
- thérapeute souhaitant se préserver et se recentrer

Aucun prérequis nécessaire.

Informations pratiques

Horaires : 9h – 16h, avec une pause pique-nique (à ramener) entre 12h et 13h

Tarif : 220€ (modulable à 200€ si nous obtenons une salle gracieusement), réglés en espèces le jour même

Caution : un chèque de 100€ à l'ordre d'Eric Lancelle (29 rue Jean de Caulaincourt, 02100 Saint-Quentin), non encaissé et restitué le jour J

À prévoir : une tenue confortable et une gourde d'eau

Lieu : communiqué lors de l'inscription

Vous connaissez des personnes intéressées ?

Réunissez un groupe autour de vous — famille, amis, collègues — et nous nous déplaçons pour animer le week-end près de chez vous. Il suffit de réunir un minimum de **12 personnes** et de trouver une salle pour nous accueillir. En remerciement, **votre place vous sera offerte**.

Envie d'une session en semaine ?

Des sessions peuvent également être organisées en semaine, en dehors des week-ends proposés. Il suffit de nous en faire la demande.

Pour vous inscrire ou pour toute question :

stages.christelle.eric@gmail.com · 06 85 71 38 41

Avec toute notre lumière, Christelle & Eric