

Stages de jeûne

Pourquoi un stage de jeûne ? À qui s'adresse ce stage ?

- *vous avez l'appréhension du premier jeûne ?*
c'est l'occasion d'être rassuré et découvrir le processus naturel du jeûne.
c'est toujours plus facile qu'on ne croît ; une semaine, ça passe très vite.
- *vous vous posez encore des questions ? Vous doutez ?*
c'est l'occasion d'être informé ; le jeûne est pratiqué depuis la « nuit des temps », les hygiénistes s'inscrivent dans cette tradition, alliant simplicité originelle, connaissances scientifiques et maîtrise de l'expérience. Lire les grands auteurs T.C. Fry, H.M. Shelton et Albert Mosséri.
- *vous avez une difficulté particulière et récurrente à jeûner ?*
(vomissements, douleur, angoisse, émotions, pas le temps, boulimie, ...ou autres)
c'est l'occasion d'être soutenu, d'en parler, de faire le point et d'envisager les solutions.
Pour tout problème, la solution existe, ne pas se décourager.
- *vous avez l'habitude de jeûner en continuant vos activités, en travaillant, en marchant ?*
c'est l'occasion de faire une expérience nouvelle : le jeûne au repos.
Le repos complet détermine l'efficacité du jeûne pour l'élimination cellulaire.
Le jeûne au repos est le seul moyen pour agir sur toute la durée de sa vie, et dans tous ses aspects.
- *Vous jeûnez souvent et facilement, mais plus envie de le faire seul ?*
c'est l'occasion de vivre ensemble un moment privilégié, partager ce qui nous anime, s'enrichir de nos expériences, créer une belle énergie qui nous portera chacun à aller plus loin.
Vivre cette expérience en groupe, c'est un soutien pour descendre au plus profond de nous, et un tremplin pour l'avenir.

Un lieu paisible, une semaine de repos, un échange convivial,
déposer ses poids, retrouver des repères, se recentrer pour un nouveau départ.

Jeûner, c'est « poser un acte », pour soi, et pour les gens qui nous entourent.
S'aider à trouver les décisions justes, pour gérer ses relations et affirmer ses choix de vie.

Toute l'année, des séjours sont organisés pour 1, 2, 3 semaines et plus

JEÛNE / DEMI-JEÛNE, en groupe de 3 à 10 personnes.

INSCRIPTION auprès de : Evelyne Curt Tél : 07 81 58 52 47 - ak.tamari@gmail.com
ou de Marianne Speranza Tél : 06 22 76 44 31 - marianne.speranza@live.fr

Vous recevrez les détails du séjour et les conseils pour la préparation.

*A bientôt ,
pour une belle expérience de jeûne !*