

**Du 24 au 31 MAI**

**JEÛNE INITIATIQUE & PRATIQUE  
POUR UNE AUTONOMIE ÉNERGETIQUE**

**POUR NOURRIR LE SACRÉ DE LA VIE**

POUR INITIER LA RECONNEXION À NOTRE NATURE VIBRATOIRE, COSMIQUE

POUR INITIER UN CHANGEMENT DE PERCEPTION DE NOTRE HUMANITÉ

POUR INITIER UN ÉTAT D'ÊTRE.

POUR INITIER LA CONNEXION AU TISSU SUBLIL DE L'UNIVERS

POUR COMPRENDRE LES ÉMOTIONS ET EN FAIRE DES ALLIÉES

Une semaine de jeûne au jus frais, infusions, plantes sauvages et bouillon pour garder l'énergie se détoxifier et se régénérer.

Des balades herboristes, et l'exploration des lois du vivant qui sont cohérence, harmonie énergie libre, amour, joie et liberté.

Des ateliers et enseignements pour vous émerveiller.

Des temps libres pour vous retrouver.

Des pratiques pour ressentir les énergies, les esprits de la nature, apprendre à se protéger.





l'Alpage", construit en 1815, alt.1200 m Le Replain 74360 Vacheresse, entre le Lac Léman et Châtel (Portes du Soleil). Il a été rénové avec goût et simplicité. Il vous accueille dans un cadre authentique. Transfert du parking au chalet effectué par le propriétaire en 4x4. Accessible en 30 min de marche par la route forestière, 10 min en 4x4 ou SUV.

Superficie du chalet 140 m2 : \*Loft de 70 m2 donnant sur l'extérieur :

Grande cuisine ouverte, bar, coin repas, salon, douche.

+3 chambres donnant sur l'extérieur :

Chambre (9m2) 1 lit double, chambre/salon (11m2) 1 canapé convertible, chambre (30m2) 1 lit double + 2 lits simples superposés, toilette sèche, Poêle à bois, électricité panneau solaire, Eau de source biodynamisée.

Sejour , petit groupes de 8 personnes



Plus de photos : <http://lalpage.blogspot.com/>



## POURQUOI JEÛNER ?

La restriction calorique permet à l'organisme de ne plus dépenser son énergie à digérer mais à se restaurer, à régénérer ses organes et ses tissus. Le jeûne abaisse le niveau d'inflammation et stimule le système immunitaire. L'intelligence vitale se traduit par le processus d'autophagie qui est la capacité d'auto guérison de notre organisme. Jeûner permet d'entrer en résonance avec un niveau de conscience plus large et de redéfinir la manière dont nous subsistons.

En plus de son pouvoir sur le corps, le jeûne est un formidable « déclencheur ». Il soulage les maux du corps mais agit bien sur l'esprit qui lui est indissociable. Il rebooste l'estime de soi qu'il élargit. Et surtout, il offre la sensation de se sentir tout « neuf », reconnecté à l'essentiel. Le jeûne amène à une clairvoyance sans égale et EST la voie express du changement, si bien qu'il invite à repenser son mode de vie. Le jeûne apporte une amélioration de l'hygiène de vie, accorde la sérénité nécessaire pour chercher des réponses aux questions jusque là notre mode de vie déconnecté ne nous permettait pas d'aborder.

**Le matin : Jus frais de fruits et légumes à l'extracteur**

**A midi : Jus vert**

**Le soir : Bouillon filtré de légumes, épices et plantes sauvages récoltés le matin ou jus à l'extracteur**

**Tout au long de la journée : eau biodynamisé et infusions chaudes ou froides à volonté.**

Le contact avec la nature recharge les accumulateurs du corps en énergies vitales élémentales : air, eau, feu, terre (soleil, plantes). Observer la nature c'est le livre de la vie.

Une alimentation végétarienne/végétalienne est le premier pas pour transcender les tendances brutes qui gouvernent notre existence dualiste.

Cette médecine holistique permet un profond drainage lymphatique et organique, un nettoyage sur tous les plans, faisant circuler harmonieusement l'énergie vitale dans tout le corps et stimulant les principaux grands systèmes biologiques (nerveux, immunitaire, endocrinien, etc.).



# Au Programme

## MATINÉES: Randonnées et balades dans les alpages.

- Découverte et reconnaissance des plantes, exploration de la nature des éléments.
- Cueillettes qui vont alimenter les infusions et bouillons et servir de base à certaines préparations médicinales lors des ateliers de l'après midi.
- Ou herboristerie pratique selon la météo.

## APRÈS MIDI et SOIRÉES:

### Consacrés au repos, aux soins, et ateliers.

Sont compris pour chacun mais pas obligatoires :

- Un bilan naturopathique.
- Un soin énergétique. (nettoyage et recharge, satbilisation et intégration)
- Un accès libre aux séances Hemi Sync\* pour experimenter consciemment des états de conscience définis .

### LES THEMES DES ATELIERS ET CONFÉRENCES :

- Le JEÛNE: Les processus physico chimique de detox
- Le rôle essentiel de l'EAU, le plus universel des resonateurs, les eaux vibratoires.
- L'ÉNERGIE: Trame sous jacente cosmique qui nous relie tous . Geometrie sacrée, Atelier pratique de ressenti et de connexion.
- Le cercle et la spirale et le spin , les processus cyclique de la vie
- Les systèmes d'interface entre l'univers et nous (méridiens, chakras , régulation des gènes, hormones), ce qui gère notre écosystème individuel
- La chimie de la CONSCIENCE, la voie de la serotonine, des tryptamines et la fonction de la glande pinéale.

### EN HERBORISTERIE PRATIQUE

- Préparation d'un baume apaisant après soleil, et d'un macérat solaire
- Préparation d'un onguent de plantes fraîches pour un massage décontracturant.
- Vers une autonomie: la Pharmacie naturelle de base et de secours
- La technique homeopatique pour fabriquer un Iso
- Du champ de fleur au champ de conscience, élaboration d'un elixir de fleur

**A Noter : Rien ne vous est imposé, vous êtes parfaitement libre de vivre votre jeûne comme vous le souhaitez, de participer ou non aux ateliers , soins, sorties proposés ...**

\* Hemi Sync , Institut Monroe :

« L'expérimentation consciente des états modifiés de conscience et leur intégration dans la vie quotidienne favorisent l'émergence d'une autre vision du monde , créatrice de valeur globale qui régénère l'écosystème individuel et collectif de la planète» Dominique Lussan

Nous avons tous la possibilité, grâce aux sons Hemi-Sync de l'Institut Monroe, d'étendre notre conscience au-delà des limites habituelles de notre corps et de notre cerveau, pour voyager dans d'autres dimensions, celles de notre inconscient individuel et de l'inconscient collectif. L'objectif : se connecter à notre être profond, réveiller notre intuition, notre source d'inspiration, notre imaginaire, mais également goûter aux expériences transcendantales et vivre des moments d'extase transformateurs.

## VOYAGE AU CŒUR DE LA FORCE VITALE

### ATELIERS & PRATIQUES ,



La dynamique de groupe se fonde sur l'altérité.

L'altérité a la valeur d'une expérience souveraine et créatrice qui génère la vie. L'altérité dans son sens large, interspécifique, car pour appréhender ce qui est humain en nous, seule la relation à ce qui n'est pas que humain, c'est à dire toute la sphère de vie., peut nous le signifier. La sagesse est de connaître que notre adaptabilité ne doit pas être une finalité en des termes exclusivement humains. Le seul être d'un autre suffit à maintenir le flux éternel de la lumière qui se transforme en la vie. Dans chaque recoin de l'univers tant qu'une petite lumière subsiste, l'imagination créatrice s'harmonisera en chacun, en chaque chose, matérielle ou immatérielle.

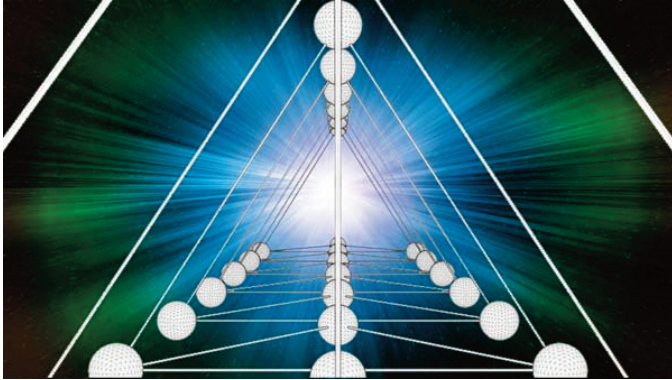


L'EAU ET L'ÉNERGIE : L'eau est un support de l'énergie, elle a donc un potentiel immense. Par sa structure elle porte des informations, sa structure hélicoïdale capte les vibrations. Elle permet les échanges électroniques dans la matière vivante en adéquation avec l'énergie qui circule sur le plan subtil. La bio énergie véhiculée par l'eau suit toutes les membranes des cellules et tous les fluides du corps. C'est le réseau subtil des méridiens ,c'est l'échange ionique au sein des fluides, l'eau du sang, de la lymphe, de la substance fondamentale qui rend compte du niveau de l'énergie subtile. Ce rapport détermine la vitalité.

L'énergie primordiale habite les différents niveaux de l'évolution , elle s'intègre en couches successives à travers l'ego. Cette énergie est la nature de la vie sur la distance de l'évolution , elle est inconsciente mais auto-organisée , seule l'intégration au niveau des gènes permet d'en appréhender certaines portions liées à la matérialisation de notre être dont la mémoire est un support et par l'intermédiaire de la conscience en constante co-évolution. C'est aussi la théorie de l'endosymbiose qui stipule que tous les êtres vivent au travers des autres tout comme l'espèce humaine vit au travers la biosphère qui elle même vit à travers nous. et au travers du système solaire qui lui même ...

C'est une construction du grand champ de conscience qui a d'abord intégré notre évolution biologique, puis culturelle par sauts quantiques, par conversion en actualisation de soi ; Il y a toujours une boucle de retro-information dans chaque système et bien sûr dans notre système biologique de communication et d'apprentissage :système immunitaire, et neuro endocrinien ( feedback / feedforward rôle des gènes de régulation).

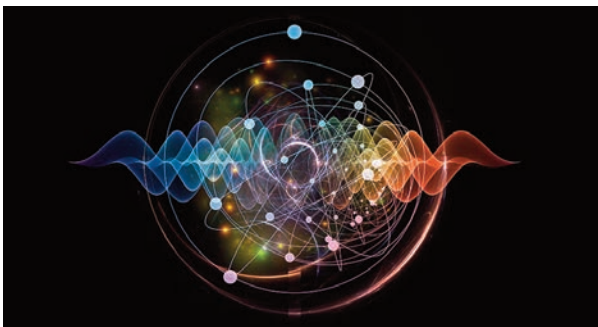
Les fonctionnements du corps physique répondent à notre niveau de conscience: donc à nos pensées, nos croyances, nos nevroses et notre inconscient, et bien entendu aux blocages des flux énergétiques en découlant .



L'ÉNERGIE PROFONDE , c'est toute l'histoire que l'on ne voit pas qui a fait la merveilleuse nature complexe de l'homme dans ses relations cosmiques, l'énergie profonde se trouve dans les gènes de régulation, la gestion de cette energie s'effectuant comme un tout :

Un aperçu de la chimie de la conscience et du système neuro endocrinien, le rôle des glandes associées aux chakras et notamment la glande pinéale.

LE PLAN SUBTIL : il fait le lien entre l'énergie electromagnetique et la matière vivante , permet la mise en forme des structures du corps , les relie entre elles , ce dont dependent les mecanismes biologiques par leur potentiel électrique.



LES ENERGIES DE SOUTIEN: Ce sont les energies qui ajoutent à l'énergie subtile dans le but de retarder la degradation de l'énergie vitale sous forme calorifique . Elles proviennent de la quitescence de la matière : les couleurs , les sons , les parfums , les nourritures ..

La géométrie sacrée langage universel



*En ce moment ...*

*Lorsque tous les points se connectent !*

WELCOME  
&  
ENJOY



resonance.herbalshop@gmail.com  
06 61 47 33 58