

Atelier EMC – Etats Modifiés et Expansion de Conscience

« Libérations et voyages au-delà du corps physique »

Samedi 21 et Dimanche 22 mars 2020 à Cadenet (84160), en Provence

« La plus grande des illusions est de croire que l'être humain a des limites ». R. A. Monroe.

LA TECHNIQUE

Les méthodes employées sont inspirées des recherches américaines sur les fréquences binaurales découvertes par l'Institut Monroe (Virginia) qui étudient depuis 50 ans les interactions entre cerveau et sons. Elles nous permettent de maintenir d'activé les zones cérébrales donnant accès aux perceptions inhabituelles et élargissent notre perception du monde et de nous-même.

Notre cerveau est un intermédiaire entre la conscience-source et notre conscience individuelle. Aussi l'atelier nous permet d'élargir ces accès à ses dimensions plus vastes, et de nous amener à faire des expériences ayant des effets positifs sur le corps, l'esprit et le monde autour de nous.

A chaque exercice, nous sommes allongés les yeux fermés et nous suivons les guidances et nous voyageons intérieurement.

POUR QUI ?

Toute personne ouverte d'esprit est bienvenue, les pratiquants en méditation ou ceux qui y sont intéressés, ceux qui désirent contacter et découvrir d'autres modes d'intelligence et de créativité.

Les femmes enceintes peuvent participer et même faire de très belles expériences.

Toutes les expériences se font allongées confortablement.

Il est donc conseillé de venir en tenue confortable, d'amener votre oreiller si vous l'aimez particulièrement, une couverture de confort, et un matelas de yoga si vous souhaitez davantage de confort sur place.

Il est interdit de venir sous drogue altérant la conscience.

Le nombre de participants est limité.

POUR QUOI ?

L'atelier d'Etat Modifiés de Conscience nous permet de prendre contact avec des espaces non-ordinaires de conscience. Les exercices apportent des moyens pour :

- rester ancré (conscient/éveillé) tout en explorant les autres dimensions de connaissance
- prendre soin de son espace énergétique
- découvrir des espaces de conscience chamaniques, de calme mental et de paix profonde.
- affiner ou de contacter son intuition.
- guérir des blessures et vivre des libérations de manière énergétiques.
- libérer des poids de l'inconscient personnel et collectif.
- se familiariser avec le fait que nous sommes bien « plus qu'un simple corps physique », d'en faire l'expérience.
- faire l'expérience du contact avec nos guides ou des êtres chers défunts.
- se familiariser avec les rêves lucides.
- recontacter notre essence (qui suis-je ?)
- et bien d'autres possibilités (ouverture du cœur, travail de sortie hors du corps, développement spirituel...)

L'usage des exercices est très vaste. Nous focaliserons nos exercices sur des thèmes précisés à chaque atelier.

AU PROGRAMME DU WEEK-END

1^{er} jour

- Découverte de la synchronisation cérébrale
- Expérience des « Focus » (ondes Alpha, Delta, Theta et leurs intermédiaires).
- Pratique du processus de préparation énergétique.
- Contact et expansion énergétique (contact avec le corps astral, corps d'énergie)
- Expériences de voyages initiatiques/chamanique (contact avec l'inconscient, ses parties, d'autres dimensions)

2^e jour :

- synchronisation-harmonisation cœur/corps/âme
- retour dans le passé (vies passées / vie parallèles)
- Exercices de familiarisation avec la décorporation et la guidance spirituelle
- tentatives de voyages astraux

Les types d'exercices choisis dépendront du temps et des besoins du groupe.

Les temps de partages, d'assimilation et de paroles font toujours partie des stages.

De plus :

- Vous recevez un dossier complet pour vous accompagner pendant et après les ateliers ;
- Vous rejoignez si vous le souhaitez le groupe FB privé sur les EMC.

A APPORTER :

- Un plaid (il y en aura mais vous pouvez penser au vôtre) ;
- Chaussettes confortables (nous ne gardons pas nos chaussures) ;
- Un petit oreiller (il y en aura aussi) ou votre oreiller préféré ;
- Vêtements confortables pour les exercices ;
- Un stylo et un petit carnet pour noter vos expériences ou les messages reçus sur le vif.

REPAS :

Pour le confort du système énergétique et de la fluidité de l'intuition ; durant la durée du stage (et la veille), 3 conditions favorables pour une présence attentive :

Manger végétarien,

Eviter les desserts avec sucre ajouté,

Eviter les blé blanc (il remplace souvent les envies de sucres et génère excitation mentale ou torpeur mentale).

Pour les 2 déjeuners et le dîner, vous avez la possibilité de profiter des menus végétariens préparés par Yannick (cuisinier macrobiotique - produits de saison issus de l'agriculture biologique) ou de venir avec vos propres piqueniques (Voir fiche d'inscription)

Les petit-déjeuner et le dîner de la veille ou jour du départ sont pris en autonomie, avec vos ingrédients.

INSCRIPTIONS :

Tarif pour les 2 journées : 210 € hors pension si inscriptions avant le 01/03 – 230€ ensuite

Horaires : 9h30 - 17h30

Adresse : La Fontaine de l'Aube – 11 Chemin de Lauris – 84160 Cadenet – Provence (Luberon)

Pour vous s'inscrire, nous vous remercions de nous envoyer le bulletin d'inscription complété, accompagné de votre acompte de 70€.

Hébergement possible sur place.

Frédéric Florens est philosophe, thérapeute en Soins Esséniens, soins énergétiques et spirituels, guide de méditation et de Fitness. Il conduit des retraites en silence dans le Sahara ou des séjours avec les dauphins. Il a été membre professionnel de l'Institut Monroe et à expérimenter des libérations profondes, des contacts avec la source et des décorporations. Ses ateliers EMC s'inspirent des méthodes de travail des pionniers. Cet été il a rejoint l'équipe des intervenants des séjours intergénérationnels de l'Association Le Petit Prince.

Lien : <http://www.fredericflorens.com/stagesi.html>