



# Hutte à sudation

## Dimanche 15 janvier

Près de Rochefort (17)  
(8 km au nord)

Venir s'asseoir auprès des pierres, dans l'obscurité de la hutte, c'est s'offrir un moment précieux où l'on se connecte à **Soi** en harmonie avec **Tout** ce qui nous entoure.

En cette période de turbulence, c'est un moyen de **se centrer** et de **trouver du sens**.

C'est aller à la rencontre de ses peurs et de ses joies, les accueillir en toute Conscience et porter un regard différent sur le monde.

C'est un temps de prière.

Cette cérémonie permet de **se relier**, de retrouver ses origines, de **revenir à l'essentiel** et de trouver qui nous sommes.

**Nous reprenons notre place dans les forces de l'Univers.**

Nous nous reconnectons avec les éléments, la terre, le ciel et toutes les formes de vie sur terre.

**Le travail proposé relie le chamanisme, la spiritualité et le développement personnel.**

**Il nous amène à Etre dans la Présence, à soi, aux autres et au monde qui nous entoure**

### Détails matériels :

Nous entrons dans la hutte le plus légèrement vêtu possible car nous transpirons beaucoup (d'où le nom de sudation).

Les hommes sont en short, en maillot bain ou en paréo.

Les femmes sont en paréo, en maillot de bain ou avec une robe ample très légère.

Prévoir une serviette pour se sécher à la sortie et éventuellement une autre pour s'asseoir dessus.

Prévoir une paire de sandale afin de se déchausser facilement.

Prévoir également un sac en plastique pour mettre ses affaires à l'abri près de la hutte pendant la cérémonie.

Prévoir une lampe car la nuit tombe tôt et cela vous aidera à retrouver vos affaires à la sortie de la hutte.

**Horaire** : Début de la cérémonie à **14h30**.

**Tarif** : 35 €. Ce prix comprend les frais d'organisation et le dédommagement pour le lieu.

(Aucune participation n'est demandée pour les jeunes de moins de 18 ans).

Une fois la cérémonie terminée nous partageons, pour ceux qui le désirent, un repas avec les plats apportés par chacun. C'est l'occasion d'échanger de manière plus informelle sur la journée.

**Inscription à l'avance par téléphone ou par mail.** (Coordonnées ci-dessous).

**Animation Robert BOSSARD** : ☎ 06 19 70 25 93 ✉ [robert.bossard16@gmail.com](mailto:robert.bossard16@gmail.com)

A travaillé avec Cédric Delavaud. Travaille avec Markus Wider. Membre du réseau Graine Blanche. Adhère à la chartre de la Spiritualité Libre. Formé à la psychothérapie par Georges Didier. En formation HOME avec Patrick BAUDIN

Cette cérémonie est réalisée dans le cadre de l'association « Etre en Conscience »  
4 allée de la Garenne 17870 LOIRE LES MARAIS