

Chamanisme sibérien

Stage (3-4 Juillet 2021)

Samedi 3 juillet

10h -13h

Introduction au chamanisme sibérien
Monde chamanique (nature, esprits, divinités, ancêtres,...)
Outils de travail
Comment devient-on chaman
Conscience et étique chamaniques

Voyage chamanique: Purification, harmonisation

Partage et questions

13h -14h

Dejeuner

14h -18h

Place des ancêtres :
Famille, lignée, héritage
Liens, protection, échanges

Voyage chamanique: Message des ancêtres

Partage et questions

18h - 19h

Temps libre.
Dîner

19-22 Veillée

5 éléments: terre, feu, eau, air, éther.

Voyage chamanique:
Harmonisation des éléments (en vue du programme de dimanche)

Partage et questions

Dimanche 4 juillet

10h -13h

Santé et maladie
Méthodes de guérison chamanique

Voyage chamanique: Recouvrement d'âme

Partage et questions

13h -14h

Dejeuner

14h -18h

Totems et vision totémique:

- Animaux
- Plantes
- Éléments

Voyage chamanique: Rencontre avec le totem

Partage et questions

Liste

- Tapis de yoga (épais)
- Étole large et fine (qui vous couvre de la tête aux pieds) et un plaid s'il fait frais
- Si besoin un foulard ou un masque pour mettre sur les yeux pendant le voyage et un petit coussin à mettre sous la tête
- Joli carré de tissu pour faire l'autel
- Bougeoir fermé qui protégera bien la bougie du vent
- Petites bougies (une dizaine)
- Encens naturel
- Vos objets de pouvoir (talisman, amulettes, etc.)
- Tambour ou autre objet chamanique (hochet, flûte, ...) si vous en avez
- Cahier et stylo

Offrandes :

cela sera également votre repas du midi et du soir

- Eau, fruits, légumes, plats et douceurs simples, produits laitiers si vous en mangez, pain etc.

Pas d'alcool, pas de viande / poisson

Au cas où:

- Protection contre moustiques
- Crème solaire

Pensez aux vêtements pratiques et confortables, vous allez être assis et/ou allongé assez longtemps.

Quelques conseils pour profiter au maximum de ce stage:

Avant le stage

- Allégez votre alimentation habituelle les **3 jours avant le stage** en supprimant la consommation de la viande et du poisson ainsi que de l'alcool. Réduisez la consommation du thé et du café.
- Prévenez vos proches de votre totale indisponibilité durant les deux jours du stage. Vos téléphones seront éteints.

Après le stage

- Laissez les processus se terminer en douceur dans les 3 jours qui suivront la fin du stage. Ne parlez pas trop. Évitez les foules et les endroits avec beaucoup de gens.
- Notez vos rêves et vos observations.
- Prenez soin de vous.

A très bientôt!