

# *Stage d'Initiation au*

# *MANDALA*

## *Rencontrer son Être essentiel*



*17 - 19 septembre 2010*

*à La Roche (FR)*

*En route pour le voyage, le voyage vers le Centre ! Durant ce stage, nous allons nous mettre en contact avec notre Être essentiel, le Soi profond. Mandala, chant et mouvement vital seront nos alliés dans ce parcours. Afin d'apprendre à se connaître, afin de retrouver ses propres repères, de s'unir dans la joie du partage, ce stage est un pas vers la guérison intérieure...Et le cœur brille, le corps s'allège, l'esprit se déploie...c'est une invitation à la connaissance de soi, un éveil à la Vie !*

*À vos côtés durant ce parcours :*

*Rosa, thérapeute et accompagnatrice dans le développement personnel.*

*Horaire :* début vendredi à 18h00, fin dimanche vers 16h30.

*Frais de participation :* 250 Frs.

*Arrhes d'inscription :* 100 Frs

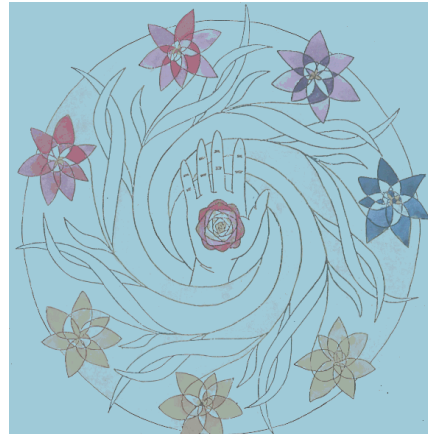
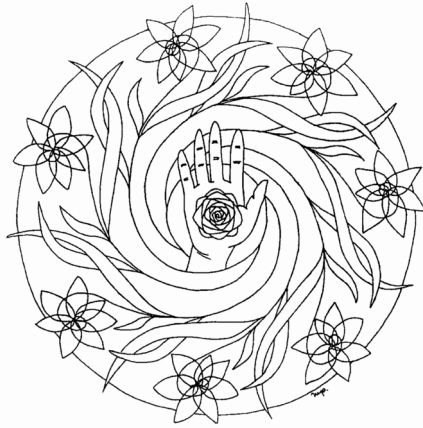
*Possibilité d'hébergement: voir avec le Chalet St-Paul, La Roche (FR)*

*Tél. +41 26 413 99 99*

*[www.chaletstpaul.ch](http://www.chaletstpaul.ch)*

**Contact et inscriptions : Rosa tél. +41 76 588 29 30**

**email : [rosa.fieschi@sunrise.ch](mailto:rosa.fieschi@sunrise.ch)**



*«Réaliser un mandala est un acte universel, un rituel d'intégration de soi» (José Argüelles)*

***Parcours et objectifs du stage :***

- *Se relier à la Terre et sentir le Souffle*
- *Accepter la simplicité, comme un enfant*
- *Se mettre en contact avec son Être essentiel*
- *Se relier à la Vie et au Divin*
- *Faire fleurir l'Amour de guérison en soi*

***Les techniques utilisées :***

- *Mandalas (dessins centrés)*
- *Chants*
- *Mouvement vital et Qi Gong*

*Aucun pré-requis n'est demandé, il n'est pas nécessaire de savoir dessiner ou de chanter juste. Ce n'est pas votre main qui dessine, ni votre gorge qui chante, ni vos membres qui bougent, c'est simplement votre Être tout entier qui laisse émerger sa propre Essence par les formes et les couleurs, le son de la voix et les mouvements du corps.*

***L'intervenante : Rosa Fieschi, thérapeute agréée ASCA***



*Rosa Fieschi  
Cabinet Albera Dao  
Rue de l'Hôpital 7  
CH - 1700 Fribourg*

[\*rosa.fieschi@sunrise.ch\*](mailto:rosa.fieschi@sunrise.ch)

[\*www.albera-dao.ch\*](http://www.albera-dao.ch)

*tél. +41 76 588 29 30*

***Coordonnées bancaires:***

*Banque Valiant Fribourg*

*IBAN : CH70 0630 0016 9666 0370 6*