

**ATELIER « Avancer sur son Chemin avec les  
4 cercles maasaï du Bonheur »**

Animé par Xavier Péron, écrivain, anthropologue politique,

coach de Vie ([www.xavierperon.com](http://www.xavierperon.com))

Facebook/Xavier Péron, les clés de la sagesse maasaï)

*Miim nokoitoi are, mikibela ilomorin*

*« Si tu prends deux chemins, ton bassin se brisera ! »*

*(chacun a un seul et unique chemin à suivre : LE SIEN)*

**Dimanche 21 JUIN 2015**

**De 9 :30 heures à 17 :30 heures**

Lieu : 1 TER Rue Elisée Reclus – 49100 Angers

Tarif : 90 € - Inscriptions : 06 81 53 17 93 ; [dugast.alexandra@gmail.com](mailto:dugast.alexandra@gmail.com)

*Le plus important que les Maasaï m'ont appris, c'est d'être centré, unifié afin d'être dans le don de Soi, car, comme ils le vivent au quotidien depuis des temps immémoriaux, la Vie est davantage tournée vers les Autres que vers soi (Ego). La vraie Spiritualité selon eux n'amène en effet pas à parler de soi mais bien de la Vie. Il convient donc, pour être épanoui et heureux, de mettre constamment en œuvre le don de Soi et participer à cet échange permanent avec les Autres et tout ce qui nous entoure ; ce qui nous permet de nous libérer peu à peu de nos problèmes inventés par le mental. En un mot, les Maasaï sont au cœur du grand courant actuel de transformation. Dans la joie, soyez-en à votre tour la ou le porte-parole, transmettez qui vous Etes. Cet atelier d'une journée vous en donnera les clés (cercles) très concrètes, à travers des bénédictions, méditations, visualisations et respirations de pleine conscience, mais aussi des jeux de rôle et des rituels.*

- A- **Apprendre à se reconnecter à un champ supérieur d'Énergie**
- B- **Recouvrer sa Joie Intérieure**
- C- **Se libérer de ses peurs, accepter les difficultés, accepter Ce Qui Est**

D- **Activer son « Point Central », sa Destinée**

**Exercices**

A- **Apprendre à se reconnecter à un champ supérieur d'Énergie**

*« Meitore tung'ani Enk'Aï » (« L'homme ne peut pas influencer La Déesse » - La Déesse détermine les destins individuels)*

- 1- Connexion à deux
- 2- Respiration vibratoire
- 3- Activation de sa mémoire foétale

B- **Apprendre à retrouver sa Joie Intérieure**

*« Emodai naituruku, pee esuju engeno » (« La folie d'abord, la Sagesse ensuite ! »)*

- 1- Le Lion-En-Colère
- 2- L'Autre
- 3- Embrasser Sa Dualité

C- **Se libérer de ses peurs, accepter les difficultés, Ce Qui Est**

*« Ejo tungani shaat ena naa torrono ena kake meeta enayiolo te pokira » (« L'homme dit : ceci est bon, cela est mauvais, mais il ignore tout du sens de la Paire ! »)*

- 1- Cercles de couleur et écriture spontanée
- 2- « Nouer son Cœur »

D- **Activer son « Point Central », sa Destinée**

*« Melang'i inkirragat » (« Tu ne peux passer au-dessus de ce qui t'est destiné ! »)*

- 1- Connexion à l'énergie du 8, force du Féminin Sacré
- 2- Numérologie maasaï, outil puissant de connaissance de Soi
- 3- Proverbe, éclairage supérieur de sa Destinée

**Se munir d'un cahier A4 (sans spirales) ; d'un stylo (pour prendre des notes), de 4 crayons de couleur (rouge, jaune, vert et bleu foncé) ; d'un crayon à papier et d'un compas ; enfin d'un coussin et d'une couverture**