



## 5 jours de yoga et de visites de lieux sacrés autour du triangle d'or

Il est une terre où tous les secrets et les mystères de l'humanité convergent (\*)

Depuis des siècles les traditions initiatiques, gnostiques et mystiques s'y sont installées.

C'est sur cette terre sacrée du Haut-Razès que nous vous convions pendant 5 jours à **visiter des lieux sacrés**, découvrir leur **histoire secrète** et pratiquer le **yoga**.

### Pratique du yoga (base Hatha Yoga)

Le yoga proposé est accessible à tous, y compris aux débutants. C'est un yoga en présence, en conscience et en respiration qui nous permettra de mieux nous relier au lieu et d'en ressentir la puissance énergétique de façon plus intense.

### Travail sur les 5 éléments

Chaque journée sera associée à un élément. Le lieu sacré visité sera en lien avec cet élément.

Il vous sera expliqué comment cet élément se manifeste en vous, comment agir sur lui et le yoga nous aidera à le contacter.

### Programme

#### **Dimanche 8 août**

- Accueil des participants en fin d'après midi.
- Pot de bienvenue et présentation du programme en soirée

#### **Lundi 9 août**

Élément Bois

- Visite de la forêt sacrée de *Nébias* et découverte des secrets cathares
- Possible visite de *Monségur*

#### **Mardi 10 août**

Élément Feu

- Ascension du *Bugarach* à l'Aube et découverte des environs
- Possibilité pour ceux qui le souhaitent de dormir la veille à la belle étoile au pied du *Bugarach* (endroit merveilleux et confortable)

#### **Mercredi 11 août**

Élément Terre

- Découverte de *Rennes-le-château*, de ses environs et de ses secrets
- Visite du menhir d'*Arques*

#### **Judi 12 août**

Élément Métal

- Visite de l'*Ermitage de Galamus* et de la *grotte de la Madeleine*
- Découverte des environs

#### **Vendredi 13 août**

Élément Eau

- Visite de la *Source de la Madeleine* et du *Fauteuil du diable*.
- *Secrets Templiers* de la région (*Car le vendredi 13 est lié aux Templiers*)

*Rq : Il vous est possible de dormir sur place le vendredi soir pour partir tranquillement le samedi matin, sans supplément de coût.*

### Hébergement

Dans le but de proposer des tarifs raisonnables nous avons choisi un hébergement en bungalows dans le camping de *Rennes les bains*.

### Tarifs

Ces tarifs incluent l'hébergement et les activités. Seule la nourriture n'est pas incluse.

- Chambre individuelle pour 1 personne : **540€**
- Chambre individuelle pour 1 couple: **450€** par personne
- Chambre partagée (2 lits simples): **450€** par personne

### Inscription

Si vous souhaitez participer à ce stage, il suffit d'écrire à [contact@shengdi.fr](mailto:contact@shengdi.fr) en indiquant votre numéro de téléphone. Nous vous contacterons pour vous expliquer le processus et valider avec vous tous les aspects logistiques.

(\*) Pendant ces 5 jours nous découvrirons les histoires passionnantes en lien avec le trésor de Rennes-le-Château, le trésor des Wisigoths, le Trésor de Delphes, le trésor du berger Paris, les secrets de l'abbé Saunière et de l'abbé Boudet, les secrets des Cathares, le mystère de la tombe du Christ et du voyage de Marie-Madeleine dans le Haut-Razès, des énigmes cachées dans les tableaux de Nicolas Poussin et d'autres peintres, la mystification de Pierre Plantard et du prieuré de Sion, le codage du chemin de Croix de ND de Marceille à Limoux, l'histoire incroyable des abbés maudits, la face cachée de personnages célèbres, l'utilisation du fauteuil du Diable, la géographie sacrée de la région sans oublier les montagnes, sources, grottes et forêts sacrées.

