

# Le chemin de la grâce



28 et 29 Novembre 2009  
Lyon

Week-end Femmes

Approche yogique de la maturité féminine

## Week-end Femmes : approche yogique de la maturité féminine

avec Maria Fernandez, Enseignante de Yoga et Consultante Karam Kriya

Au-delà de la femme féconde, qui sommes-nous? Quelle est notre nature de femme, fondamentale et inaliénable? De la femme instinctive à la femme intuitive, de la mère nourricière à la femme de sagesse, de la séduction à la grâce... un chemin d'épanouissement nous est ouvert.



La ménopause est un passage qui souvent nous bouleverse, et parfois nous libère... Entre manifestations physiques et émotionnelles, nous ne nous reconnaissons plus, et c'est souvent dans la solitude, que nous nous confrontons à nos doutes, nos colères, nos deuils.

Ce week-end est une invitation à un partage entre femmes, invitation à reconnaître et accompagner ces espaces intérieurs en mutation, à se re-connaître. Par la parole partagée, le yoga, la méditation, l'alimentation, nous apprendrons à accompagner ce processus de vie en nous, à renouer avec notre être intime.

C'est un temps pour les femmes qui souhaitent explorer la maturité de leur féminité et se préparer à ce passage initiatique qu'est la ménopause.

Stage non résidentiel (Lyon)

Tarif : 85 euros

<http://www.kundalyon.org>

Association *Narayan*

Maria Fernandez

04.78.23.21.63

maria\_sat5@yahoo.fr