



i Du 14 au 18 Août 2024

Les sentiers de la joie: (re)trouver le sens profond et la joie de vivre

*La joie doit être l'un des pivots de notre vie. C'est le gage d'une personnalité généreuse...
et de don de soi.*

Madre Thérèse de Calcutta

Les temps actuels vous amènent à souhaiter plus de sens dans ce que vous faites ?

Vous vous interrogez sur le sens profond de votre chemin de vie ?

Vous souhaitez sortir de certaines boucles existentielles indésirables ?

Vous aimeriez plus de lien, de joie intérieure et élargir vos horizons intérieurs sans théories perchées ?

S'arrêter, prendre un temps, hors du temps, pour soi en lien avec la Vie
Se sortir du *faire pour aller vers l'être*, se relier à la joie d'être et rencontrer son Soi profond,
l'écouter et poser un regard sur sa Vie.
Prendre la mesure du sentier parcouru.
Mieux se (re)connaître pour reprendre le chemin et ajuster ce que je veux réaliser
entre mon *je suis* et le *Je Suis* qui m'habite...

Quel contenu ?

Une préparation en amont du séjour
Un cadre protecteur respectueux des limites de chacun, sans sectarisme ni dogmatisme
Des temps de silence et de méditation
Des temps de parole en petit groupe
Des actings d'inspiration jungienne reliées à nos grandes traditions
Des outils de connaissance de soi profonds (30 ans d'expérience)
Revisiter nos freins et nos failles existentielles pour sortir des répétitions toxiques
Des rituels pleins de sens en lien avec la nature et les autres
Des temps de bien-être : repos, sauna, piscine, spa
S'interroger sur notre chemin existentiel et accueillir la suite.
Des temps d'éveil corporel doux et de connexion à la nature sauvage des 3 Sources...
Échange préalable nécessaire.

Si une ou plusieurs des questions ci-dessus résonnent en vous, alors il se pourrait bien que ce parcours vous apporte des éléments de réponse. N'hésitez pas à nous contacter pour en parler en envoyant un SMS de préférence par whatsapp à Raphaël au 06.07.25.24.54 (+33 607 25 24 54) ou/et participer à notre prochaine séance de présentation et information par visioconférence (le lien est sur la page d'accueil du site)

Pour qui ?

Pour tous ceux et celles qui sont en questionnement et cherchent un lieu et un accompagnement expérimenté, bienveillant, réaliste, relié mais non sectaire



...vraiment très intéressant, les apports théoriques très riches et la mise en application, les temps de reliance, implication de l'animateur... Brigitte (psychothérapeute)

Quel contenu ?

Le processus se déroulera en trois parties

1. **SE RELIER-PRÉPARER** : nous ferons connaissance lors d'un entretien préalable.
Nous vous proposerons une petite préparation chez vous.

2. **LA SEMAINE EN ECOVILLAGE** : se rencontrer « en vrai », ôter les masques dans un cadre protecteur en petit groupe d'une dizaine de personnes au plus, s'ouvrir aux surprises de la rencontre des personnalités.
Se laisser surprendre agréablement par les outils et le lien qui se crée de façon vivante et conviviale. Aller « au fond » en déposant ses appréhensions et en se libérant de ses craintes. Se relier à soi, aux autres et à la Vie
3. **SE METTRE EN CHEMIN** : une fois rentrés chez soi, on continue à cheminer : un entretien facultatif est proposé pour mieux définir les freins, les zones d'ombre, les besoins pour aller vers plus de sens et de joie de vivre dans le quotidien.

Comment cela se passe-t-il ?

- **Le cadre du parcours** est clairement défini avant le démarrage, le respect et la bienveillance sont des principes de base, mais chacun est accueilli là où il en est.
Les limites de chacun sont respectées, mais pendant la semaine en immersion, l'expérience est riche en intensité.
- **L'ambiance** est conviviale, non dogmatique. Les outils sont présentés de façon expérientielle, participative et avec de la mise en acte corporelle (mouvement, danse, travail commun, ...).
Nous alternerons des temps personnels et de travail en groupe, *actings jungiens* (mises en action symboliques intégrant le mental, l'imaginaire et le corporel), des espaces de méditation (Pas d'obligation religieuse).
Le tout est convivial mais demande de l'implication, toujours dans le respect des limites de chaque personne.
- **Origine des outils** : plus d'une vingtaine d'années de formations, études, travail et recherches collégiales dans toutes les branches de l'expérience humaine : sociologie, sociothérapie, psychothérapies, anthropologie, développement personnel, spiritualités, théologie et des centaines d'expériences en cabinet ou lieux de vies ont contribué à l'élaboration de ce processus.
Il ne s'agit pas d'une psychothérapie personnelle, mais il est demandé à chacun de faire part de transparence et d'ouverture, chacun dans ses limites. Il y a une part de travail sur soi importante. Certains outils relationnels et à caractère thérapeutique, tel le travail sur les émotions, peuvent « brasser » les personnes. Mais encore une fois, chacun est libre de respecter ses limites, il n'y a pas de pression ou emprise exercée.

Où ?

En Sud Aveyron... nous vous accueillons dans la tranquillité et l'enchantement des prés, vallons, et forêts de l'éco hameau des 3 sources...

Hébergement sur place à l'éco hameau, pour tous les budgets, en solitude ou en groupe.

Quand ?

Les dates sont précisées ci-dessus. Il est possible d'arriver la veille et de rester après le séjour

Avec qui ? (Accompagnateurs et contributeurs)



Raphaël van de Par, auteur de « *Changer sa vie en profondeur* »
Animé par la confiance que nous sommes plus que nos pensées, il a traversé une jeunesse

Co-fondateur de l'écovillage « Les Trois Sources » en 2011, enseignant en psychothérapie, écopsychologie, membre de la Fédération européenne des psychothérapeutes FED3P. Bibliste. Diplômes et certifications : Superviseur, en sociothérapie, en psychothérapie intégrative, en psychopathologie, en pédagogie et théologie (Faculté Marc Bloch-Strasbourg) et naturopathie N.D.

Aussi auteur de « Les anges vont en enfer » et « Le petit livre jaune de la biodiversité humaine » (en cours)



Lydie Rigal, Lydie est passionnée de nature et naturopathie. Elle participe à l'animation des séjours et à la gestion de l'écovillage. Elle partage son amour de la vie et son lien à la spiritualité vivante.



Jessica Watremetz est une artiste polyvalente (auteur, compositeur, chanteuse, danseuse). Elle a co-créé un ecolieu et partage son expérience, son amour de la vie et son art de faire du "nous". Elle partage son amour de la joie de vivre et ses outils de danse



Annick Maldonado est coach certifiée (formation CEE). Elle est praticienne en ennéagramme et passionnée dans l'étude des personnalités.

Certains intervenants peuvent changer selon les disponibilités.

Quels préalables pour le parcours et l'immersion en écovillage ?

- Consulter le site www.ecovillage-3sources
- **Participer à un forum de présentation par visio-zoom (voir le lien sur la page d'accueil du site svp)**
- **Contactez Raphaël van de Par pour un entretien au 0607252454 par whatsapp ou sms**
- Lire attentivement l'onglet et les sous menus de « Tout sur le projet » sur le site.
- Vous recevrez des détails et informations pratiques avant le début du parcours.

Notre éthique:

Pas de sectarisme, respect des opinions et croyances de chacun. Ouverture et bienveillance. Merci de lire la charte et le Guide Fédérateur (Onglet « Tout sur le projet » sur notre site internet).

Prix et organisation :

Entièrement au profit de l'association sans but lucratif les 3 sources :

- Prix libre conscient selon votre situation financière, la valeur attribuée au travail effectué et votre soutien possible au projet des 3 Sources (**proposition à titre purement indicatif** 80 à 130 € par jour). Paiement en autant de fois que l'on veut. Personne n'est exclu pour des raisons financières. On peut même étaler sur un an.
- Pour la réservation de votre séjour en immersion à l'écovillage, merci d'envoyer un chèque d'arrhes (l'encaissement peut être décalé), ou virement : merci de demander le RIB dans votre inscription. Montant demandé 30 % de l'hébergement ou 90 €. Vous pouvez choisir votre hébergement dans « se loger » sur le site et noter le choix dans la fiche d'inscription (inutile de remplir une 2eme fiche pour le logement).
Adresse : Association les 3 Sources Le Soulayrol 12550 Plaisance Libellé : Les 3 sources
- Séjour en immersion : le principe général est la co-responsabilité. Vous devenez résidents passagers et responsables de l'organisation et de la réussite avec les autres personnes.
- Les repas tout bio sont autogérés par le groupe, merci de ne pas emmener de nourriture sans se concerter avec la personne responsable des achats qui sera désignée par le groupe.
- Les courses seront faites par le groupe et les coûts divisés entre les participants. L'association met la cuisine collective à disposition en demandant une participation de 7 € par jour entamé à chaque participant. Tout doit être bio (pas forcément labélisé).
- Merci d'emmener vos draps (les dimensions des lits sont précisées dans le détail des hébergements sur le site), **2 serviettes** moyennes ou grandes (sauna piscine), chaussures de marche, affaires pour tous les temps, lampe de poche, maillot de bain (facultatif).
- Des informations supplémentaires vous seront envoyées dans la quinzaine précédent l'immersion.

Contacts:

Accueil (hébergement, intendance) 0787018313 troissources@gmail.com

Séminaire : Raphael N. van de Par: 06.07.25.24.54 (par whatsapp de préférence)

Extraits du livre d'or... (voir la suite dans l'onglet « livre d'or » du site)

...très intéressant , passionnant, ...j'ai réellement apprécié la personnalité de Raphaël, bienveillance, calme, flexibilité...je pensais bien me connaître ayant beaucoup travaillé sur moi, mais au final j'ai été confrontée à plein de problématiques...j'ai adoré les outils et les mises en situation orchestrées par Raphaël... Sandrine

...une vraie expérience avec des outils concrets...cadre vraiment agréable...outils qui permettent de découvrir ses forces et faiblesses...respect et discours clair de l'animateur... Bastien

...immersion en vie collective...semaine riche en émotions et enrichissante, énorme travail effectué...bienveillance... Nicolas

Les points importants ont été bien développés.....j'ai compris d'où venait ma vraie peur...je suis arrivé à sortir mes émotions...ce que l'on veut au plus profond de nous... Jean René