

# CERCLES D'ÊTRE



## AVSY T1 : Cercle Diamant

Les cercles d'être, se pratiquent en cercle, une fois par mois. Ils sont en lien avec les cycles solaires et lunaires (Pleines lunes, solstices, équinoxes)

Les soirées sont consacrées à 2 intentions, l'une pour soi et l'autre pour la planète. Durant cet espace nous expérimenterons des états d'expansion de conscience dans la présence sensorielle et cognitive ; le ressenti de l'énergie par les sens ; la stabilisation et l'intégration d'un état d'Amour, de Joie...; la relation à soi et aux autres dans toutes ses dimensions. Afin de renforcer notre identité d'Être, la dimension diamant en chacun et les pratiques associées. Une alternance de postures statiques, dynamiques, lentes, rapides, guidées, spontanées.

**AVANTAGES :** Les cycles cosmiques sont porteurs d'énergie et favorisent donc la mise en place et l'intégration de ces pratiques.

**Prérequis minimum :** Sans prérequis. Ouvert à tous. Être motivé