

## Sicile 2016

Pour avoir déjà vécu quelques séminaires avec vous, je suis partie sans à priori et surtout intéressée à la découverte de la Sicile et de ses éléments.

A l'aéroport, en voyant l'accueil de nos hôtes, je me suis tout-de-suite sentie émue et accueillie.

J'ai beaucoup apprécié les lieux visités, le travail et les visualisations et tout ce qui en a découlé et qui ont été très riches et salvateur. Pour moi, il y a un avant et un après Sicile et tous les jours, je découvre une autre compréhension par rapport à une activité, une visualisation etc. Cela m'ouvre des portes.

Le besoin d'intégrer est encore là, car une semaine c'est riche en émotion, découvertes, mais permet également de se lâcher différemment car on a le temps. Et actuellement, c'est du luxe...

J'avoue que je ne suis pas très "groupe", mais je reconnais qu'il a été porteur et qu'il y avait de très belles âmes parmi nous. Je pense aussi aux partages avec certaines personnes qui ont été de beaux et vrais moments et souvent des déclencheurs pour aller de l'avant et cela sans jugement.

Pour terminer, je ne peux que dire merci à vous deux qui avez préparé ce séminaire, à nos hôtes pour leur accueil, les repas faits et pris dans la convivialité, et aux participants pour ce qu'ils ont partagés durant cette semaine.

Que du bonheur et une belle intégration à tous.

Françoise

## Sicile 2015

Nous avons eu le privilège de réaliser un parcours hors des sentiers battus, avec une immersion dans les 4 éléments.

Des expériences enrichissantes (humaines et au contact de Mère Nature) ont permis de retrouver en nous des sensations enfouies (on s'est même surpris d'avoir des "dons de chanteur").

Les rencontres avec nos propres émotions nous permettent de dire que : "Je n'ai pas visité la Sicile, j'ai vécu la Sicile et ses lieux d'énergie" !

Et tout ceci a été couronné par un accueil exceptionnel, une gentillesse et un amour inoubliables

Merci.

Graziella et Jeronimo

« Ce voyage en Sicile m'a fait vivre une expérience magnifique, où tous mes sens ont été en éveil.

Je me suis laissée touchée par les éléments au contact du volcan, de la mer, du vent, des senteurs, de la nourriture.

J'ai senti la force et la puissance de la nature, la Vie vibrer en moi et autour de moi. Je me suis sentie reliée au tout.

La montée à pied sur le volcan, en compagnie de 2 autres participantes, a été une expérience importante pour moi. Ayant de la difficulté

à marcher, j'ai fait l'expérience d'être accompagnée, aidée par moments. Très nouveau pour moi...qui ai tendance a toujours vouloir me débrouiller

toute seule. J'ai pu accueillir et accepter cette aide spontanée si amicale. Un partage très intime et touchant entre femmes.

J'étais heureuse, très fière et émue d'avoir pu monter jusqu'en haut du volcan, tout en respectant mon rythme.

Dans mon cœur, j'ai de la gratitude envers ces 2 femmes.

L'accueil si chaleureux de nos hôtes, le partage avec eux et les repas délicieux concoctés avec tant amour m'ont profondément touchée !

Les repas si conviviaux resteront des moments uniques, inoubliables pour moi. Ca été une découverte et je n'oublierai pas ces moments.

J'ai reçu de l'amour pendant ces repas. C'est très guérissant pour moi dans mon rapport à la nourriture.

Reste aussi en mémoire notre groupe. La vie en collectivité, les rires, les partages, la solidarité et le respect de chacun. Pour moi des instants de bonheur ! »

Merci du fond du cœur à vous tous !

Nicole

« Je tiens encore à vous dire tout le plaisir que j'ai eu en Sicile en octobre passé. Pour moi ce voyage a été une découverte sur tous les plans. Avec l'aide du groupe et des éléments j'ai pu prendre conscience de beaucoup de choses. C'est pour moi difficile de verbaliser mais j'ai déposé de gros fardeaux dans les cratères, le feu et les airs... J'ai ressenti comme une re-naissance à une autre vie. En quelques mots, ce séjour a été « le début de la fin de mon deuil »

J'ai ramené de Sicile de nouvelles énergies qui m'accompagnent chaque jour. Quelque chose s'est transformé en moi et me permet d'exister autrement, de trouver une autre place, d'autres forces pour continuer sur ma route. Je suis rentrée riche de ce voyage, de cette nouvelle expérience. »

Une participante

« Si j'avais quelques appréhensions dues à des à priori sur la Sicile, elles se sont évaporées comme neige au soleil dès les premiers instants dans ce pays.

J'ai vécu de magnifiques rencontres et me suis sentie immédiatement en confiance dès notre arrivée. Vivre chez nos guides siciliens était comme arriver et vivre chez des amis. Et moi pour qui manger est principalement un acte pour me nourrir, chaque soir était un festival de goût jusqu'à même m'en réjouir durant la journée.

Ce voyage m'a permis de vivre une semaine entourée d'un esprit de bienveillance, de rire, de découvertes, j'ai expérimenté et goûté avec joie aux multiples activités et pu me laisser aller dans le plaisir de la découverte des lieux foulés.

Ce que j'en ai retiré de personnel ? Une semaine à vivre le moment présent, une réappropriation de mes propres croyances et valeurs, et une meilleure confiance en moi. »

Merci et au plaisir...

Marianne