



# CEREMONIE DU THE

et respiration himalayenne

Dimanche 15 Septembre à 9h30





Une dernière invitation avant mon départ  
à venir faire l'expérience de la Cérémonie du Thé,  
un art méditatif qui guide vers la pleine conscience.  
Elle sera suivie, après une pause contemplative,  
par des pratiques respiratoires du Kundalini Himalayen,  
destinées à accroître les forces de vie et la quiétude intérieure.

Le Cha Dao – la Voie du Thé – prend ses racines dans le Taoïsme.  
C'est une voie, une pratique qui ramène à l'essentiel,  
à la simplicité et à l'harmonie qui sont le propre de la Vie.



**Dimanche 15 Septembre**

Cérémonie de 9h30 à 12h30 - arrivée à 9h20.

**Centre Tripoura**

**Le Vieux Salydieu 85320 Bessay, en Vendée.**

La participation est de 40 euros.

Le nombre de places étant limité,  
il est nécessaire de vous inscrire pour réserver votre place.

Par email **[hello@milenemahebau.com](mailto:hello@milenemahebau.com)** ou par telephone **07 82 90 19 44.**

Merci de porter des habits confortables pour faciliter  
les mouvements dans la pratique respiratoire

Avec plaisir de partager avec vous, Milène.



"Se rappeler l'essence de la vie dans chaque gorgée"