

SÉJOUR IMMERSIF - MÉDITATION

SOBRIETE POETIQUE

Méditation,
Silence,
Compassion

Du 14 Mai au 17 Mai 2026

à la ferme de Divali,

Parc du Morvan

animé par Cloé Brami.

Inscription :

accueil@lafermededivali.com

Repos,

Méditation,

Enseignements,

Massage ayurvédique,

Nature



I

*Soutenu par le lieu,
l'alimentation, la nature,
il vous sera proposé une
pratique quotidienne de
méditation de pleine
conscience en intérieur
et extérieur.*

*Pendant ce séjour, il est
proposé d'approfondir la
pratique de la
méditation avec 2 jours
en silence. Il est
recommandé d'avoir
participé à un
programme MBSR.*

*Il ne s'agit pas
d'enseignements
traditionnels mais
chaque jour des
enseignements mêlant
poésie, histoire de la
méditation, philosophie,
et spiritualité seront
offerts avec comme thème
central la compassion.*



Cloé Brami est une femme médecin et docteure en psychologie et philosophie de la pensée. Elle a grandi avec la médecine moderne et l'ayurveda comme des éléments de son éducation. Aujourd'hui la méditation de pleine conscience comme un art de la relation, qu'elle enseigne dans différents contextes, est son objet de soin, d'enseignement, et de recherche à la première et troisième personne.

Elle est fondatrice de Mû médecine depuis 2023 et responsable, sable de la ferme de Divali.

Programme

J1 - 14 Mai

13h Déjeuner
15h30 - 17h30
Cercle d'ouverture
et méditation
18h-19h Marche
19h30 Diner

J2 et J3 15 & 16 Mai

Journée en silence
7h30 - 8h30
Méditation assise et Marche Méditative
8h30h Petit Déjeuner
9h15-11h15
Temps libre ou massage
11h30 - 12h45
Méditation et enseignements
13h Dejeuner
14h30 -16h30
Temps libre ou massage
17h-18h30
Méditation et enseignements
19h Diner

J4 17 Mai

7h30 - 8h30
Méditation assise et Marche Méditative
8h30h Petit Déjeuner
7h30 - 8h30
Méditation assise et Marche Méditative
8h30h Petit Déjeuner
9h15-11h15
Temps libre ou massage
9h15-11h15
Méditation -Cercle de clôture

Infos pratiques:

*Arrivée le 14 Mai fin de matinée (pour le
repas déjeuner service 13h-14h00),
Départ le 17 Mai (après le déjeuner).*

Tarifs:

Pension complète + enseignement +

*1 massage ayurvédique du corps entier à
l'huile pendant votre séjour (55 min) par les
membres de l'équipe de Divali.*

700 euros en chambre seule

575 euros en chambre double partagée

Il ne comprend pas le transport.

Supplément :

Navette taxi 40 euros / trajet.

Gare Nevers le 14.05 à 11h45

*Retour le 17.05 gare Nevers pour 14h30 en
gare (départ 13h de Divali)*

Inscription :

accueil@lafermededivali.com

