



# Les Jardins de Hridaya

*Cultivons l'Essentiel*

Bulletin numéro 20 – février 2018

« Elle a la souplesse et l'agilité d'un grand yogi, la concentration et le geste précis d'un archer, la tendresse et la douceur d'un enfant. Isis, chaton de Senteyre assure aux lézards et souris un avenir compromis...L'observer dans son quotidien est source d'enseignement d'une vie dans l'instant présent !»



20 bulletins mensuels ont été édités depuis la rencontre avec Senteyre et l'éclosion des jardins de Hridaya. Le mois prochain : ouverture officielle ! Vous serez accueilli dans un lieu qui s'embellit semaines après semaines, encore un peu en chantier...

## Des gros travaux aux petits détails

Les grands chantiers sont à présent terminés et laissent place à une multitude de petits chantiers !!! C'est l'art des finitions et nous continuons à apprendre. Florilège d'actions : porte-manteaux de la roulotte, VMC, plinthes, découpe du plateau des toilettes sèches, montage d'un placard, poignées de porte... Mille et une petites choses essentielles qui demandent du temps et qu'on oublie dès qu'elles sont posées.

La maison du cochon s'est habillée de nouveaux murs en terre, d'un toit isolé, d'un sol carrelé pour accueillir toilettes et future douche, encore des petits détails à terminer!

Sylvie a posé la crédence de la cuisine, mosaïque de carrelages hexagonaux, et termine la restauration d'un « mado », vieux buffet familial.

Les toilettes suédoises sont installées dans la maison commune; heureux de notre choix, nous vous laissons la surprise de les utiliser! Après trois mois de pluie, nous avons profité de ces journées ensoleillées pour nettoyer le jardin, créer un chemin autour de la roulotte, un espace parking, rentrer du bois... Prunier, pêchers, pin parasol, érable ont aussi été mis en terre ce mois-ci.

Merci à Pierre pour le don de mobiliers et de percussions, à Annick pour les livres d'Arnaud Desjardins.

Nous préparons une plaquette descriptive des activités et la refonte du site Internet. Après les premières cures ayurvédiques fin mars, les soins individuels se feront à partir du 3 avril.

## Rencontres à venir...

### ॐ Aux jardins de Hridaya :

**Samedi 24 mars 15h-18h** : fête de l'équinoxe de printemps

*Yoga, marche consciente et célébration du vivant au cercle de pierres autour du feu*

**Samedi 23 juin** : Solstice d'été, programme à venir

### ॐ Aux journées de l'habitat à Nérac :

**Samedi 17 mars** : Stand géobiologie et conférence à 15h00 animée par Xavier :

*« Se prémunir des ondes nocives naturelles et artificielles pour sa future maison »*

### ॐ A l'hôtel Continental de Condom :

**Samedi 7 avril** : « Une Après-midi pour Soi » - yoga et yoga du son

*Laissez couler la sève du renouveau...Sylvie et Xavier*

[www.lesjardinsdehridaya.fr](http://www.lesjardinsdehridaya.fr)