

Témoignages 2019 à 2021

Eryni, Gisèle et Lucie m'ont donnés des soins ayurvedique par le cœur...et ça change tout au niveau du ressenti, la bonne cuisine que j'ai apprécié sans modération..hi hi ..tout en apprenant comment cuisiner ...dans une ambiance chaleureuse avec de belles rencontres. Les méditations et yoga m'ont apporté dès le 1er jour de l'apaisement...un encrage..

De plus le Mas est reposant, bien décoré avec un esprit zen qui a bien contribué au repos ainsi que les belles balades qui me laissent de bons souvenirs du vent..des odeurs .. du thym ..romarin . Aneth..fenouil..roquette Merci encore Philippe pour tout cela ...

Namasté

Malika, Mouries 2021

« Le mas de Coussoul est un endroit magique. On y vient pour prendre soin de son corps de son mental et on repart « tout propre » en laissant tout son stress. Philippe et son équipe de masseuses professionnelles sont au petit soin. Les massages sont revigorants et apportent un bienfait énorme. La pratique de la méditation et du yoga au bord de la piscine et dans ce cadre superbe est un plaisir. Ce fut ma 2ème expérience qui sera à renouveler car on repart des Alpilles avec une nouvelle énergie, de la sérénité et un bien être énorme »

Fehmida, Mouries 2021

"Rebelotte...pour la 4ème fois, j'ai joué et j'ai gagné en énergie, détente, légèreté. Une belle semaine de septembre où j'ai pu nager, marcher, lire, ne rien faire, top ! La cure au Mas du Coussoul m'apporte à chaque fois bien-être et sérénité. Les massages, le yoga autour de la piscine, les conseils donnés par Philippe et son équipe de masseuses font que je repars boostée ! Inspirée, selon le dosha du jour, j'intègre régulièrement les épices utilisées en ayurvéda dans ma cuisine. Alors, à la prochaine... !"

Nicole, Mouries 2021

Depuis que je suis rentrée je me sens très vivante , plus vivante qu'avant . Plus légère aussi , tant sur le plan physique(j'ai quand même perdu 2kg300), que psychique, une envie de faire beaucoup de choses. J'ai dans l'ensemble beaucoup plus d'énergie qu'avant.

Kate, Mouries 2021

Se poser et se reposer, pas évident pour l'hyper active que je suis. J'ai pourtant déposé un énorme paquet de stress, dans ce cadre approprié à la détente. Grâce aux massages d'une équipe patiente, respectueuse et très professionnelle.

Le Yoga efficace de Philippe au bord de la piscine et encore mieux le pranayama du soir face à cette nature généreuse. Je ressens les effets régénérant de cette cure depuis mon retour. (le petit bolide bleu est rentré sans excès de vitesse ou presque 😊)

Et je me surprends à cuisiner avec le Ghee que j'ai confectionné moi même un jour plus tard. à bientôt peut être pour une pique de rappel.

Agnes, Mouries 2021

Après ces quelques jours hors du temps, je suis calme, mon mental est apaisé.

Christine, Mouries 2021

Au cours de cette semaine j'ai appris à diriger le regard vers mon moi profond, tout en délaissant mon ego au profit d'une écoute plus subtile de mon corps, sa physiologie, l'ait qui l'envahissait. J'ai fait, en conscience, vibrer mes sens à l'écoute des sons, au ressenti des éléments sur ma peau (le soleil chauffant l'air et venant à l'encontre d'un vent plus incisif) et du contact des matériaux.

L'atmosphère au sein du bel endroit qui nous a accueilli était conviviale du fait de la promiscuité, des échanges et des discussions autour de la table principale, noeud central des nos rencontres. Enfin, c'était un voyage culinaire : gustatif et olfactif

Michel, Mouries 2021

"Merci à la team de top masseuses et à Philippe, pour votre, professionnalisme et votre sincère générosité"

Muriel, Mouries 2021

"Un moment où tout est au repos pour se (ré)écouter de l'intérieur".

Brigitte, Mouries 2021

Heureux et satisfaits de nos deux cures précédentes, nous en avons fait une troisième. Toujours le même accueil chaleureux, les soins toujours d'un professionnalisme remarquable, la cuisine Ayurvedique excellente, cadre zen, reposant et magnifique, bercé par le son des cigales. Encore un séjour sans aucune déception. Une détente totale, un lâcher prise complet. Nous allons rapidement programmer la quatrième.

Paola et Roland, Mouries 2021

Suite à ma cure ayurvedique au mas du Cossoul a Mouries, je tiens à remercier Philippe et son équipe pour la qualité des massages, la simplicité et le naturel des soins et des explications ; on se fait choyer, coucouner, et tout cela dans un cadre superbe.

Je suis rentrée chez-moi apaisée mentalement, relaxée et en meme temps pleine d energie physiquement ; ce sont des sensations nouvelles et tellement agréables. C est une expérience unique et très enrichissante pour moi. Je revê et j envisage déjà d y retourner...

Véronique, Mouries 2021

Nous voici revenu au monde "réel"... avec une belle énergie ce matin, yoga et méditation 1h avant d'aller au marché acheter les beaux légumes de saison. Nous allons tout faire pour prolonger ça ! avec tous les outils que tu nous as donnés généreusement.

Lundi, la reprise sera plus douce, et mon regard sur cette vie chamboulée plus serein.. Je tenais vraiment à te remercier chaleureusement pour tout ce que tu transmets avec légèreté authenticité humour et bienveillance. Je te souhaite de poursuivre toujours plus loin ce beau chemin de la connaissance de soi que tu incarnes si bien. NAMASTE

Caroline, Mouries 2021

Cette petite semaine, au delà du break et du repos qui s'en suit, m'a permis de réamorcer un nettoyage des toxines accumulées.

Cette prise de conscience de l'importance de l'alimentation était là, mais tellement difficile de mettre en place seule.

Me voilà motivée !

Gisèle, Mouries 2021

Je te remercie du fond du cœur d'être qui tu es avec "l'autre".

Hormis ton professionnalisme incontestable en Ayurvéda, j'ai apprécié l'homme que tu es dans la simplicité.

Ton humour, ton humilité, ont fait de mon séjour un moment suspendu empli de joie, une douce et paisible parenthèse dans ma vie. J'aurais pu rester davantage tant le partage est unique me permettant "de mettre sur pause" ma tristesse.

Francoise, Mouries 2021

Cette semaine au Mas du Coussoul avec Philippe et toute son équipe a été un vrai moment de détente, de retrouvaille avec moi même et de découverte de l'ayurvéda. Cela m'a permis de prendre du temps pour moi et de me sentir mieux. Tout au long de cette semaine Philippe nous initie à l'ayurvéda avec des séances de méditation, de yoga, des astuces pour prendre soin de soi et des conseils sur notre alimentation et tout ça dans un endroit magnifique 😊. Le + de cette cure : un entretien au départ et à la fin avec Philippe ce qui permet d'avoir des conseils personnalisés, un traitement pendant la cure avec des petites touches dédiées à nous même et de repartir surtout avec des choses à mettre en place afin de continuer à garder les bienfaits de cette cure.

Isabelle, Mouries 2021

De retour dans notre Bretagne nous nous sentons Marianne et moi tout légers et avons pris quelques résolutions comme limiter le café et les viandes, et commander quelques épices, surtout de faire tous les matins une séance de Yoga précédée d'une méditation au rythme du So Ham le tout durant 30' environ. Vraie découverte pour moi qui donne la pêche pour la journée 😊. Un tout grand merci pour ce séjour doux et tonique à la fois dont les effets se font encore sentir et les résolutions durables on l'espère !

Marianne et François, Mouries 2021

"La cure a été une jolie parenthèse zen et detox: j'ai vraiment trouvé ce que je venais chercher et je repars ressourcée! J'ai eu de la chance de tomber sur un groupe super sympa et à l'unisson dans la démarche: c'est précieux et je pense que ça a contribué à la réussite de mon séjour. Merci à Philippe et aux masseuses pour leur écoute, leurs précieux conseils et leur bienveillance."

Florence, Mouries 2021

Merci pour cette semaine de cure! j'avais déjà pratiqué du yoga, mais j'ai enfin mieux compris l'intérêt de cette pratique.

L'enseignement du yoga et de la méditation ont évolué progressivement, tout au long de la semaine, si bien que cela me semble tout à fait accessible pour tous les niveaux! J'ai adoré les massages, ainsi que la compétence et la bonne humeur des 3 masseuses!

Marie-Laure, Mouries 2021

Une parenthèse enchantée au cœur des Alpilles. Notre séjour de cure ayurvédique au sein d'une équipe professionnelle s'est parfaitement déroulé et nous a apporté sérénité et bien-être dans ce mas Provençal avec piscine chauffée.

Au programme méditation, yoga, respirations, massages qui nous amènent au nirvâna (bravo à l'équipe des masseuses) le tout, chapoté par Philippe. Le maître de ces lieux qui a su nous ouvrir les portes de l'ayurveda et ses secrets. Les bienfaits sont incroyables : de retour à la maison, une énergie retrouvée, un mental apaisé et un regard différent sur la vie. Nous recommandons à 100 pour cent !

Nathalie et Elisabeth, Mouries 2021

« Pour la 3ème fois j'expérimentais la cure Ayurvédique que propose Philippe Hansroul, après l'été, l'hiver, j'étais curieuse de connaître l'automne au Mas du Coussoul. C'est la 1ère

fois que je venais pour 10 jours de cure, et même si je ne suis qu'à 2h30 de trajet, le dépaysement fût total, inutile de partir jusqu'en Indes !

J'ai retrouvé énergie, joie et bien-être corporel. L'équipe des masseuses-thérapeutes est exceptionnelle, des femmes à l'écoute, bienveillantes qui subliment le massage ayurvédique. Magnifiques rencontres, que de belles personnes en quête de progresser sur elles-mêmes dans la joie et le souci du bien-être d'autrui. Alors la prochaine sera la cure d'Octobre, pour l'Automne ! Merci à vous tous pour votre dévouement !

Sabine, Mouries 2021

Merci pour cette cure ayurvédique qui nous a fait beaucoup de bien pour la santé physique et morale. Repos, yoga, massages, pranayama, convivialité, idéal pour se retaper ou améliorer sa santé.

Jean-Luc, Mouries 2021

La cure au Kerala n'ayant pas été possible cette année, nous sommes allés faire notre cure de printemps au Mas du Coussoul, une mosaïque de couleurs verts tendres et arbres en fleurs un plaisir pour les yeux lors des belles randonnées faites avant ou après les excellents massages avec une approche personnalisée et prodigués par des masseuses qui sont des fées car capables de réaliser des miracles, tensions musculaires envolées, grâce à la magie qui réside dans leurs mains, un véritable bien-être à la fin de cette cure.

Merci à toi Philippe et aux masseuses de nous régénérer grâce à l'ayurvéda et à la nature.

Martine et Louis, Mouries 2021

A nouveau une belle expérience de ressourcement, de gain en vitalité dans une belle ambiance conviviale.

Florella, Mouries 2021

" Cure de 13 jours qui a eu lieu dans un cadre magnifique, qui ne fait pas penser à un établissement de santé.

Bonne organisation dans le déroulé de la journée (yoga, soins, repas, méditation et respiration, ballades dans les Alpilles...).

Nourriture végétarienne excellente. Bonne prise en charge par tous les thérapeutes. Une cure qui permet de bien se détoxifier et se ressourcer."

Marie Christine et Annie, Mouries 2021

Belle parenthèse ayurvédique dans un lieu haut en énergie! Soins effectués par des thérapeutes professionnels aux mains de fée. Méditation, yoga et une belle écoute entre tous les participants. Et surtout plein de conseils et de bonnes résolutions pour le retour Seul bémol : les sanitaires à l'extérieur des chambres et le manque de chambres individuelles. (*Inscription rapide conseillée 😊*) Merci de tout cœur à toute l'équipe pour toute cette générosité.

Françoise, Mouries 2021

C'était un rêve d'adolescente que j'ai réalisé cette année et un cadeau. La réalité a dépassé mon rêve, c'était un moment très fort où j'ai (enfin) pris conscience de mon corps, la tête au repos. J'ai ressenti le goût de vivre et l'en-vie de m'écouter. Tout est là pour notre soin, une équipe formidable, des massages de qualité, un lieu idéal, la méditation et le yoga, la nourriture délicieuse.
Vivement la prochaine cure!

Muriel, Mouries 2021

Merci Philippe pour ton accueil chaleureux, tes précieux conseils et ta bonne humeur! Un grand merci également à toutes les masseuses qui font un travail formidable! J'espère pouvoir revenir au printemps prochain.

Elodie, Mouries 2021

Une belle découverte et un séjour qui restera pour moi inoubliable . Merci à tous pour m'avoir permis de retrouver sérénité bien être et bonheur en moi . Je me réjouis que de refaire cette expérience sur 10 ou 13 jours au Mas ,endroit où l'on se sent si bien .

Annik, Mouries 2021

Je suis rentrée en pleine forme physique et psychologique, avec un mental calme. Je me sens posée dans mon bassin et dans mes pieds. Ce temps de cure partagé avec mes deux filles m'a

fait le plus grand bien. Ca a été pour moi un moment privilégié. Je te remercie ainsi que ton équipe; de vos précieuses observations, soins et conseils.

Janine, Mouries 2021

"Une bulle de sérénité, une équipe bienveillante et efficace, quelques jours de repos et de temps pour soi, et comme résultat un retour chez moi en pleine forme, avec une belle énergie pour faire face au quotidien avec enthousiasme et positivité"

Christine, Mouries 2021

Un merveilleux moment pour soi, recentrage, détente profonde, bien-être et boost pour reprendre la vie, ceci grâce aux compétences de toutes.

Arletty, Mouries 2021

L'Ayurvéda a été une belle découverte pour moi, cette philosophie de vie me correspond, j'ai pu en observer tous les bienfaits lors de ma cure. Je vais poursuivre dans ce sens.

Gaelle, Mouries 2021

« En route pour un nouveau départ »

Françoise, Mouries 2021

Les jours passés au Mas du Coussoul ont été une belle aventure dans le partage et la joie. Partage de connaissances et de pratiques par tes soins et celle de ton équipe au sujet de l'Ayurvédā (Nourriture - Massage - Yoga) dans la joie simple, agrémentée de ton humour. Entre les membres du groupes, partage de nos chemins de vie dans la joie profonde d'une compréhension et d'une bienveillance comme si nous étions des amis de longue date. Joie de nous sentir plus serein et plus en forme au retour.

Moments magiques apportant une belle lumière dans la profondeur de nos êtres.

Jean-Louis, Mouries 2021

Comme toujours, un séjour au Mas Cousoul c'est un voyage en Inde mais ici en France . J'ai adoré cette petite semaine de cure, entre les mains de l'équipe de Philippe qui sont exceptionnelles. Un programme sur mesure qui vous permet de bien commencer l'année ou de la continuer plus sereine. Philippe partage ses enseignements avec simplicité et bienveillance. On repart avec l'esprit et le corps encore plus en accord qu'à l'arrivée. Pour traverser la période actuelle, c'est parfait.

Patricia, Mouries 2021

L'ambiance familiale du lieu et de la cure nous donne envie de rester. Ce fût vraiment un moment suspendu dans le temps.

Une belle semaine de découverte du Mas du Cousoul et de son équipe. J'ai beaucoup apprécié le côté "familial" de cette cure ayurvédique qui m'a permise de me lâcher en toute sécurité. Massages personnalisés ressourçants grâce aux mains magiques des trois co-équipières de Philippe et de leur bienveillance. Repas délicieux, aux goûts des épices indiennes, nourrissants et en même temps légers. Enseignement top de Philippe avec son écoute, son humour et ses multiples connaissances. Organisation impeccable.

Je suis repartie régénérée, tranquille et aussi bien ancrée. Encore merci pour ces bons moments.

Evelyne, Mouries 2021

« Cette semaine fut une belle expérience de découverte de l'Ayurveda. Que du bonheur! Philippe a l'art et la manière d'expliquer avec clarté et humour le bien-être et l'intérêt de cette « science et connaissance de la vie ». Les professionnelles masseuses Ayurvediques sont compétentes, bienveillantes et adorables. Je suis repartie avec une « légèreté » de l'esprit, une meilleure capacité physique et un grand sourire. »

Muriel, Mouries 2020

"L'idéal pour se resourcer et optimiser sa santé, dans un cadre chaleureux, convivial et des soins d'excellente qualité. De bonnes vibrations, des échanges riches. J'ai appris encore de nouvelles façons de se soigner par les aliments, apprécié la pratique du yoga et des méditations avec l'esprit libre. Les masseuses sont efficaces et dégagent une énergie bienveillante comme l'organisateur du séjour. Du coup on a envie d'y revenir... "

Florella, Mouries 2020

"Première découverte ayurvedique pour moi et je dois dire que ce fut une très belle et enrichissante expérience. Une équipe très professionnelle tant aux niveau des massages, yoga et meditation, dans un cadre magnifique et apaisant loin des tumultes de la vie stressante du quotidien, un retour aux sources qui fait un bien fou ! Vous trouverez également de la douceur, de la bienveillance une oreille attentive et à l'écoute, la découverte d'une cuisine ayurvedique délicieuse. Un grand merci Philippe pour ce bon moment Hâte d'être au printemps pour revenir. Pour moi essayer, c'est l'adopter !"

Sabine, Mouries 2020

"Excellente cure ayurvédique, que nous découvrons. Accueil, massages, yoga et temps de repos très appréciés. Les repas aussi se sont passés dans la bonne humeur avec des dialogues ouverts. L'endroit est magnifique et à conseiller. "

Jean-Luc, Mouries 2020

"Un grand MERCI à toi et à ton équipe, des petites fées qui ont rendus ce séjour magique !

Rencontres magnifiques, ambiance cosi et bonne humeur. La joie du partage avec bienveillance, sincérité, humour et générosité ! J'ai retrouvé mon énergie et je suis remplie de joie ! Au plaisir de revivre cette expérience hors du commun. Une parenthèse Inattendue au coeur de l'hiver dans un lieu rempli d'amour ♥"

Sabine, Mouries 2020

"Encore merci pour cette belle semaine qui nous a permis de nous ressourcer ainsi que rencontrer des belles personnes dans une ambiance très chaleureuse. C'était une très belle découverte que je vais approfondir. Les personnes qui effectuent les massages et les différents soins sont vraiment très pros au niveau de la maîtrise de leurs massages mais également très bienveillantes et ouvertes sur des dimensions très intéressantes!!"

Suzy, Mouries 2020

"La semaine de la cure ayurvedique fut une semaine exceptionnelle dans un cadre verdoyant et superbe. L'accueil par Philippe et son équipe nous a mis en confiance. Les journées commençaient par des séances de méditation et de yoga suivies par des massages adaptés pour chaque participant selon sa constitution et son mental.

Les thérapeutes font le maximum pour débloquer les tensions dans tout le corps. Toute l'équipe est au petit soin pour que tout le monde reparte dans de bonnes conditions physiques et le mental apaisé.

Découverte des Alpilles par des balades car ce fût une semaine en soleillée."

Féhmida, Mouries 2020

"Mon expérience de 2 semaines au mas du Coussoul.

Mes 3 précédents séjours étaient de 10 jours. Deux semaines permettent de mieux compléter sa connaissance en ayurveda et le bénéfice des soins assurés par 3 thérapeutes toujours au petit soin est formidable.

Nous sommes chouchoutés.

Le cadre contribue à retrouver une tranquillité recherchée, le yoga ne va pas sans méditation et la Philippe nous guide par ses multiples conseils et expériences personnelles.

Nous sommes dans un cocon loin de la turbulence de la vie active et nous revenons en pleine forme.

Cette cure de bien être nous fait prendre conscience qu'il faut s'occuper de soi donc de son corps et si celui-ci va bien la tête suit..."

Francoise, Mouries 2020

"C'est donc la seconde année que je fais ta cure. Dans le désordre, je dirais : la séance de yoga matinale, les 2 moments de méditation et le merveilleux massage journalier, la nourriture qui nous est proposée (et que je reproduis une fois la cure terminée), toute ton équipe qui est aux petits soins avec nous, le cadre (ton mas super agréable en pleine campagne provençale avec de belles balades au pied des Alpilles). Bref tout est bon. C est pour cela que j en suis revenue à nouveau apaisée, reposée, allégée "

Marie-Annick, Mouries 2020

"Belle découverte de l'ayurvéda dans un cadre reposant et ressourçant ! Merci à Philippe et son équipe, c'était top !"

Laurence, Mouries 2020

"Le Mas du Coussoul" à Mouries.

Dès mon arrivée, je me suis sentie entourée d'ondes positives qui émanaient de ce lieu tellement paisible, lumineux et verdoyant.

J'ai passé là une petite semaine, où chaque journée était dirigée et programmée de main de maître par Philippe, un chef d'orchestre bienveillant, généreux, toujours à l'écoute, avec un joli sens de l'humour.

A cela, viennent s'ajouter les soins dispensés, et ce adaptés à la constitution et à la nécessité de chacun, par les charmantes thérapeutes, souriantes, chaleureuses, et pour qui apporter le bien être et répondre à l'attente de la personne était primordial et important : elles y mettaient leur coeur en plus de leur savoir.

Je me suis sentie à l'aise dès la première approche avec ces belles personnes qui assistent Philippe.

Pour compléter tout cela, l'environnement serein était là pour m'apporter le calme, le repos, et me ressourcer dans la simplicité.

"IMMENSE GRATITUDE à toi Cher Philippe et aussi à tes 3 thérapeutes : vous êtes juste des personnes merveilleuses.

Yasmine Mouries 2020

"Une cure toute en douceur et légèreté.

*Douceur du groupe : 10 nanas venues des 4 coins de la France et zones limitrophes. Toutes douces avec beaucoup de "silence - recueillement", d'empathie et d'échanges si lumineux !

*Douceur des praticiennes : leurs mains si expertes on ne les remercie jamais assez !

*Douceur du temps : saison suspendue entre l'été finissant et l'hiver arrivant, soleil doux, rosée du matin sur la pelouse et sous nos pieds juste là pour les revivifier..

Oh temps suspend ton vol.....Non il fallait quitter ces doux moments pour y revenir ? qui sait? alors à bientôt."

Baya Mouries 2020

"Ma cure ayurvédique a duré 15 jours soit 2 semaines. La première semaine a permis à mon corps et à mon esprit de prendre du repos et de rétablir les faiblesses corporelles. La seconde semaine a consolidé tout cela et est nécessaire. Plus de souplesse, plus de détente. Les massages évoluent tout au long du séjour. Le groupe nous aide à prendre plaisir aux repas diététiques. Les 2 séances de pranayama et l'heure de yoga journalier, les balades dans les Alpilles, les échanges dans le groupe, la lecture, la piscine ont remplis ce séjour très agréablement.

Ma fille à mon retour m'a trouvé changé, plus posée, plus ancrée. Une autre approche du quotidien, prendre soin de nous et mettre en application les bons conseils dont est généreux Philippe.

Simplifier l'ayurvéda et faire de son mieux.

Josette Mouries 2020

"J'ai beaucoup apprécié la cure ayurvédique menée par Philippe Hansroul en Provence. Le lieu calme ouvert sur un beau jardin est propice à la détente du corps et de l'esprit. Le programme bien ficelé - entre yoga, méditation, repas et soins - laisse la place aux temps libres si précieux. Les soins sont réalisés avec beaucoup d'attention par une équipe bienveillante et compétente. Philippe prend le temps nécessaire à chacun pour personnaliser la cure. Bref, tout concourt à rendre cette cure agréable et efficace. J'ai bien apprécié aussi le suivi post cure. J'ai conservé les bienfaits et continue à mettre les enseignements à profit au quotidien. Merci encore ! "

Claire Mouries 2020

"Un temps de reconnexion et de rencontre à soi-même, dans l'attention bienveillante d'une formidable équipe de soin"

"Une 3ème cure attendue ! Une semaine nourrissante, dans tous les sens du terme : endroit magique, massages, yoga et méditation ; avec un focus sur les épices utilisés en cuisine ayurvédique, petit rappel nécessaire ! Merci Philippe de partager ces moments, ainsi qu'à l'équipe qui t'entoure. J'ai aussi appris des échanges avec le groupe. Je suis rentrée centrée, légère et motivée pour poursuivre la pratique de l'ayurvéda au quotidien, sans prise de tête. Simplement bien. A la prochaine !..."

Nicole Mouries 2020

"Au pied des Alpilles, dans un cadre harmonieux et confortable, Philippe le Maître des lieux et son équipe féminine, nous embarque dans un voyage ayurvédique à la découverte de notre 2° cerveau, le ventre, et comment bien le traiter, avec bienfaisance, précision, générosité et humour. Je suis ressortie de cette expérience tant attendue, par les temps qui courent, avec de bons souvenirs et les moyens de mieux être. Une bulle de décompression à conseiller et à renouveler si possible avec grand plaisir."

Sophie Mouries 2020

" !! Cette cure de 6 jours a dépassé mes attentes !! Une équipe en or !! Les participants/tes ont amené chacun/chacune une note personnelle qui a rendu ce séjour très agréable et enrichissant ! Que de belles rencontres !! Cure à la fois dense car bcp de choses nouvelles à intégrer, sans être surchargée, avec des moments "pour soi", bien rythmée, respectant chacun/chacune... Une ambiance de bienveillance mutuelle, d'écoute et de partage (et déconnexion du monde extérieur et connexion avec notre monde intérieur) ! Avec 1 peu de recul, je me rend compte que les divers "angles" de soins sont très complémentaires et presque indissociables : massages/alimentation/yoga/méditation/échanges avec l'équipe ! De retour dans ma "petite routine", je tente d'appliquer les conseils et préconisations grâce aux supports (et recettes !) que Philippe Hansroul et son équipe nous ont remis. Par exple, en un mois, perdu 6 kg alors que cela fait plrs années que je ne cessais de prendre du poids après avoir tout essayé !! Perdu aussi des douleurs articulaires persistantes après avoir essayé aussi bcp de méthodes infructueuses !! Je me suis même réconciliée avec la Cannelle !! Comme on dit "YAPLUKA-FOKON" merci encore à toute l'équipe ! et à très bientôt quand vous voulez en Guyane !! Prenez soin de vous !! NAMASTE 🙏 "

Sandrine Mouries 2020

"Le Mas du Coussoul est un endroit calme en plein nature qui m'a permis de passer une bonne semaine de détente avec des soins de qualité et une nourriture adaptée à la cure."

Sabrina Mouries 202

« troisième cure pour Martine ,quatrième pour moi ! Et c'est toujours un enchantement ! Une équipe merveilleuse aux petits soins, disponible à l'écoute avec comme chef D'orchestre Philippe toujours disponible, attentif et de bon conseil. Belle parenthèse dans notre vie nous ayant amené, bonheur, apaisement. Un groupe sympa avec de très beaux échanges, Tous les ingrédients donc pour une remise à zéro du corps et de l'esprit ! À très vite donc . »

Martine et Marco Mouries 2020

Découverte fort agréable d'une cure Ayurveda en Provence. Accueil et professionnalisme des intervenants. Philippe est une personne unique qui partage avec passion ses connaissances ayurvédiques. Les cours de yoga en extérieur dans un cadre paisible suivis de bains dans une merveilleuse piscine. Philippe s'entoure de personnes bienveillantes qui dispensent des massages indiens de qualité. De plus un groupe fort sympathiques durant cette semaine de juin 2020. Je reviens dès que possible...

Florence Mouries 2020

"Encore une semaine si bénéfique, apaisante et riche, merci à toute l'équipe pour la qualité des soins et leur sympathie. C'était ma deuxième cure, et il y en aura d'autres c'est certain !"

Ségolène Mouries 2020

Super contente de ma cure Au mas du Coussol. Toujours aussi bien. Diététique au top pour ma santé; les massages quotidiens juste parfait; l'ambiance et le cadre : jolie, doux, amical, tranquille, à refaire.....

Parfait pour se ressourcer.

La Flo Mouries 2020

Je n'avais pas conscience à quel point l'alimentation avait un impact si important sur les maux du corps

Par contre, le retour est compliqué, garder une hygiène de vie saine en bossant c'est pas simple pour moi, mais j'apprends à être plus rigoureuse avec l'âge . Merci à vous pour votre accompagnement et votre bienveillance

Sabine Mouries 2020

Cette cure ayurvédique est une vraie parenthèse de bien-être et de bienveillance. Le temps s'arrête dans ce lieu plein de belles énergies. Nous ressortons de cette cure ressourcés et relaxés. Merci!

Christel Mouries 2020

"J'ai passé une très agréable semaine dans un cadre magnifique. Nous avons été traitées comme des reines par toute l'équipe. Chaque soin était adapté à notre métabolisme ce qui permet une cure personnalisée.

Ce moment de pause dans nos vies si chargées permet une nettoyage en profondeur du corps et de l'esprit. A la fin de la semaine, nous en ressentons tous les bienfaits et sentons que cela va durer dans le temps.

A faire et refaire".

Elsa Mouries 2020

Que du positif !

Je suis repartie de Mouries l'esprit serein et remplie d'ondes positives...

MERCI infiniment.

Marie Mouries 2020

Un grand grand merci pour cette semaine passée au mas, pour votre professionnalisme, pour la richesse des enseignements, la qualité des soins, et toute cette belle énergie, qui est venue au bon moment me concernant.

Marie-Pierre Mouries 2020

"Cette cure est une vraie bulle de douceur, idéal après deux mois de confinement pour rebooster le système immunitaire et permettre au corps de se remettre d'aplomb, L'accueil est chaleureux, l'ambiance conviviale, le cadre magnifique dans un écrin de verdure, avec les Alpilles en toile de fond, les massages et autres traitements thérapeutiques sont personnalisés avec des séances de yoga et méditation quotidiennes pour compléter les soins, la cuisine saine et savoureuse, bref un programme bien rempli mais qui laisse aussi du temps pour se

ressourcer....et buller autour de la piscine! Philippe, notre hôte et organisateur fait les choses avec simplicité et bienveillance et prend le temps d'expliquer les principes de l'ayurvéda et des soins."

Laure Mouries 2020

Cette cure était idéale juste après le confinement pour chasser la fatigue physique et psychique accumulée . Découverte d'une nouvelle approche de l'ayurvéda, avec une équipe professionnelle et pédagogique, et l'impression de se régénérer en famille. L'enthousiasme et l'énergie sont revenus, et l'avenir semble plus serein ! J'espère y retourner...très vite !

Corinne Mouries 2020

C'était génial et mon énergie circule comme cela ne m'était arrivée depuis bien longtemps !
Du pur bonheur et un ancrage impressionnant.

Depuis mon départ je poursuis le même rythme, levée avec le soleil,méditation yoga etc et ce matin je suis restée assise 25 mn avec la méditation du matin. La sensation est étonnante et perdue je ne sais pas trop comment la définir mais quoiqu'il en soit elle est extrêmement apaisante.

Sandrine Mouries 2020

Quel ressourcement après le confinement.

Liberté retrouvée, physique, émotionnelle et intellectuelle.

Fini l'angoisse, et place à l'apaisement.

Un accompagnement personnalisé avec des soins ciblés.

Que du bonheur.

Michelle Mouries 2020

Quelques mots sur le temps que nous avons vécu ensemble :

- Qualité du groupe,
- Qualité de l'accueil tout en simplicité, je me croyais chez moi !
- Belle maison avec très beau jardin bien agréable à cette époque.
- Qualité des échanges verbaux que nous avons pu avoir.
- Découverte pour moi du Yoga et des temps d'intériorité.

En résumé 6 jours très bon pour moi et ce que je venais chercher suite à ma maladie fin décembre

Xavier Mouries 2020

" Ce voyage Ayurvédique en Janvier 2020 au Kerala était TOP... et ceci sur TOUT les plans :

Organisation, lieu Idyllique, équipe des massages ayurvédique très professionnelle ainsi que l'équipe de la cuisine. Un suivi du médecin excellent. Pour moi, mes cellules ont rencontrées le bonheur et l'intensité de la paix. Merci."

Christiane Kerala 2020

En 2017 nous avons embarqué avec Philippe pour une cure ayurvédique au Kerala, depuis nous y retournons chaque année. Ce séjour se fait dans un lieu magique, le Kondaï Lip, nous sommes entourés d'un personnel accueillant et bienveillant. Le yoga matinal permet d'assister au lever du jour avec les ballets de dizaines d'oiseaux dans le "blue sky" et ensuite le lever du soleil derrière les palmiers qui donne de magnifiques reflets dans les backwaters, de belles images pour la méditation. Endroit idéal pour se ressourcer l'hiver.

Martine et Louis Kerala 2020

Après presque un mois de distance, je voulais dire combien j'ai apprécié cette expérience . Non seulement j'ai découvert un (petit bout d'un) pays que je ne connaissais pas du tout, des personnes incroyablement accueillantes, mais aussi les bienfaits de cette cure en particulier.

Un mois après le retour, les bouffées de chaleur nocturnes dont je souffrais depuis septembre ne sont pas revenues, et je dors mieux, même si ça n'est pas encore parfait.

J'essaie au maximum de garder quelques "habitudes" de là-bas : 1 h de yoga le matin, le moins de sucre possible, la dissociation, la méditation ...

Une organisation impeccable avec une grande liberté d'action !!!

Alexandra Kerala 2020

Quelques mots....

Kondai lip, sud du Kerala, petit paradis au milieu de la nature, massages, yoga, méditation, plaisir des 5 sens en un mot regeneration assurée.

Annie Kerala 2020

Je suis ravie d'être venue faire la cure au Koday-Lip.

J'ai été plongé dans un océan de douceur de calme et de bien-être ;

Le lieu et la taille (pas trop grand) du Koday Lip permet l'immersion dans la nature tropicale ; les palmiers les grandes étendues d'eau, les oiseaux très présents tout invite au lâcher prise et au ressourcement ;

La qualité des soins (l'attention du médecin et des masseuses) et de la nourriture(même si j'ai saturé du riz en fin de séjour), la gentillesse et la compétence du personnel(masseuses et personnel de l'hotel) tout est fait pour que le séjour se passe au mieux.

J'ai apprécié les cours de yoga dans un cadre aussi magique ; et j'en ai vraiment senti les bénéfices (et ça continue....)

La taille du groupe permet à la fois la solitude et la compagnie...

Juste la purge que j'ai trouvée hard....

Sylvie Kerala 2020

Cette cure était une première pour moi. Le mas est un lieu magique. J'avais grand besoin de silence et j'ai été gâtée 🙏. J'ai ramené un amour du silence ici en Belgique et mon quotidien est en changement.

Aline Mouries 2020

Cette première expérience ayurvedique fut une très belle découverte,une prise de conscience et surtout extrêmement bénéfique pour nous. Enfin de belles rencontres avec un groupe très sympa.Merci à vous tous et à Philippe pour sa bienveillance et aussi sa compétence. On reviendra.

... un grand merci aux merveilleuses petites mains qui nous ont remis d'aplomb et regalé

Joséphine et Hervé Mouries 2020

De retour de la cure, je sens mon corps plus léger, fluide, alerte.

J'ai apprécié la subtile combinaison de richesse, humour, rigueur & dérision qui accompagnait tes enseignements.

Les soins furent de précieux voyages.

Je suis reconnaissante pour tous les conseils et indications reçus qui sont autant d'outils pour poursuivre les bienfaits de la cure.

Isabelle Mouries 2020...

Encore un grand merci pour la qualité de cette semaine, ainsi que la présence bienveillante de Philippe.

Après cette cure, je me retrouve avec une compréhension simple de mes systèmes, une forme olympique et un enthousiasme pour la vie que je n'avais plus connu depuis un certain moment.

Merci pour ces portes qui se sont ouvertes.

Samyr Mouries 2020

Je crois que j'en rêvais depuis toujours : une semaine off pour me ressourcer.

Le contrat a été parfaitement rempli et bien au delà !

J'ai découvert avec joie et gratitude la philosophie et les bienfaits de l'Ayurvêda (à me demander; mais comment j'avais fait jusque là ?)

J'ai adoré les massages, les méditations et respirations, le yoga, les discours sur l'ayurvêda, le tout avec une équipe très professionnelle et super sympa dans un très beau cadre.

Je me sens d'attaque pour une vie nouvelle, riche et en forme ! A faire et refaire !

Nadine Mouries 2020

Faire une cure au Mas du Coussoul est une expérience unique et aidante sur son chemin de développement personnel et de guérison. En fait il me semble que cela devient un besoin et j'ai déjà pu bénéficier de 4 cures. J'ai encore et toujours envie d'y retourner. L'approche globale avec la méditation, le yoga et pranayama, les massages, la cure alimentaire, la bienveillance et la richesse des intervenants (Philippe et les merveilleuses cuisinières et masseuses), le repos, l'air provençal permettent un ressourcement maximal et une dépuración efficace. Merci pour ces bons et beaux moments de partage en humanité.

Lucienne et Payot Mouries 2020

J'ai passé 5 jours en cure ayurvédique, avec Philippe et son équipe au Mas du Coussoul en janvier 2020

J'ai tout aimé ! La qualité +++ des massages et des soins, l'écoute et la bienveillance de chaque praticienne, les animations/rituels proposés soir et matin par Philippe (yoga, méditation, initiation à l'ayurveda, transmission de connaissances liés à la spiritualité indienne ...). J'ai aimé le côté simple et très accessible des enseignements ! Ou comment accompagner les personnes dans leur évolution sans se prendre la tête, de façon authentique.

L'organisation était top. J'ai trouvé le cadre sécurisant.

Quel plaisir de pouvoir se faire chouchouter comme cela ! Je me remercie du cadeau que je me suis offert et je repars recentrée, ancrée, régénérée en profondeur (j'étais épuisée en arrivant) ... et beaucoup plus vivante ! J'ai laissé mon mental au Mas du Coussoul et ça fait du bien ! Je continue à pratiquer chez moi les techniques enseignées. Je vous encourage à tester pour vous ! Vous ne serez pas déçus :)

D'ailleurs, je prévois de revenir cet été avec ma nièce.

Florence Mouries 2020

Témoignages 2019

2 cures à Mouries cette année. 2 belles aventures en compagnie de supers thérapeutes qui permettent à notre corps et à notre esprit de se ressourcer. Merci pour tout ces moments de beaux partages, de yoga, de méditation et en soirée belles discussions au pied de la lumière des flammes de la cheminée.

Annie

Mouries 2019

Enthousiasmé dès le départ, ça s'est confirmé durant les jours qui ont suivi, malgré quelques moments pénibles de désintoxication (migraines, nausées..). Particulièrement apprécié de commencer chaque jour avec ce temps de méditation guidée quant on sait l'importance de se donner un moment d'écoute intérieure..!

Le Yoga (je n'ai jamais pratiqué) enseigné quotidiennement avec une belle maîtrise, a été - entr'autres bienfaits -vraiment révélateur de certains "blocages" du corps qu'on ne soupçonnais même pas..! c'est donc une belle invitation à continuer à le pratiquer, qui a été donnée là..

Les moments repas, frugaux certes cure oblige, mais délicieux.

Les temps de massage (là aussi inconnu pour moi) ont été un pur régal ! Quelle belle pratique.

Les enseignements sur l'ayurveda ont été magistraux, et enfin les conseils personnalisés bien ciblés sont les bienvenus. Enfin, il y a eu de très bons moments d'échanges et partages avec le groupe de curistes..!

Je recommande vivement à celui/celle qui désire donner un nouveau départ à sa vie.

Charles

Mouries 2019

Merci pour cet excellent séjour passé en Provence. J'ai pu encore avancer sur le chemin de ma transformation de vie grâce à tous ces moments d'échanges qualitatifs et à des activités consacrées au bien être. Je repars avec une petite pousse à faire grandir, celle de la méditation que j'ai réussi à apprécier pour la première fois avec Philippe

Charlotte

Mouries 2019

Après ces 6 jours de détox , je me sens légère, j'ai retrouvé mon élan pour bouger,pour créer, je recontacte ma joie! merci à toute l'équipe formidable !!!

Janine

Mouries 2019

« Première expérience de cure ayurvedique... philippe et son équipe sont toujours présents pour ns aider et ns conseiller... A refaire... »

Florence

Mouries 2019

Merci pour les soins, le soutien, les conseils et le rythme quotidien de la cure. Tout un programme pour me retrouver dans mon axe. Je suis repartie plus légère, équilibrée et alignée. Un beau cadeau à moi-même

Marianne

Mouries 2019

Nous n'envisageons pas de laisser passer une année sans aller faire notre cure de 10 jours à Mouries, hors du stress de la ville dans cette magnifique nature et surtout nous faire chouchouter par les masseuses toujours pleines de bienveillance qui nous prodiguent des soins de grandes qualités. Ce nettoyage du corps par la nourriture et les massages nous permet de passer un bel hiver.>

Martine

Mouries 2019

Sceptique au départ sur le fait de tenir 10 jours, et dans une région que je n'aime pas particulièrement ces quelques jours que je me suis octroyée pour moi toute seule m'ont fait un bien fou. Aussi bien psychiquement que physiquement, je me sens allégée et nettoyée... Grâce à une prise en charge (soins et cuisine) de qualité et bienveillante de toute l'équipe de Philippe,

Chantal

Mouries 2019

En arrivant au Mas du Coussoul, je ne savais pas trop ce que j'allais trouver et je dois dire que je n'ai pas été déçue : l'équipe est chaleureuse et compétente, méditation, yoga, pranayama, massages se sont succédés chaque jour, dans la détente et la bonne humeur. Et dans les moments un peu plus difficiles, le soutien du groupe m'a permis d'avancer. J'en suis repartie

avec quelques bases sur l'ayurvéda et la ferme intention d'enrichir mon quotidien grâce aux conseils personnalisés de Philippe.

Marithé

Mouries 2019

Mon témoignage: " il n'y a pas d'hasard et les bonnes personnes trouveront ce lieu inspirant avec toi et l'équipe"

Marianne

Mouries 2019

Séjour de cure très satisfaisant.

Tant au niveau de l'élaboration des menus, que des massages, des séances de yoga et prana, et consultation: compétence, écoute, générosité.

Une rigueur certaine mais pas de carcan, chacun se prend en charge à partir de ce qu'il reçoit.

On repart avec un éclairage précieux sur l'ayurveda et des armes accrues pour préserver notre santé.

Jocelyne

Mouries 2019

« Je ne savais pas vraiment à quoi m'attendre en m'inscrivant à cette cure, motivée pour accompagner une amie en voie de guérison d'un cancer du sein et passer un vrai temps avec elle hors de notre quotidien, et attirée par les cours de yoga, la méditation et les soins aux huiles, à un moment de ma vie où je me sentais épuisée physiquement et psychologiquement. Je suis venue chercher du repos et de la ressource intérieure. J'y ai trouvé bien plus que cela...

Une ambiance familiale, des rencontres magnifiques, une équipe aux petits soins, de la douceur, de la bienveillance, de l'écoute, des rires, des larmes. Ce ne fut pas facile tous les jours car ce n'est pas si simple d'arriver à mettre son corps (et ses intestins!) et son esprit au repos. Mais c'est un vrai cadeau à s'offrir. »

Violaine

Mouries 2019

"Je suis très contente d'avoir fait cette cure (ça faisait 1 an et demi que je n'étais pas venu, et j'en ressentais le besoin). L'accueil et l'ambiance sont toujours aussi chaleureux et l'équipe toujours au petit soin.

Nous étions 13, donc en petit comité, ce qui favorise les contacts avec les uns et les autres dans une convivialité partagée. Je suis rentrée ressourcée, centrée, bien dans mon corps avec une sensation de calme, de paix à l'intérieur de moi, comme nourri. C'est une cure magique, un moment pour moi que je me suis offert et je ne le regrette pas. La preuve, c'est que j'y reviens.

ps : le lieu aussi est magique, en pleine nature aux pieds des Alpilles "

Nadine

Mouries 2019

Cette semaine de cure fut un réel enchantement pour nous. Que du bonheur. Nous avons été impressionnés par la qualité des soins prodigués qui nous ont fait le plus grand bien. Cerise sur le gâteau,....nous avons perdu nos quelques kilos superflus

Caterina et Louis

Mouries 2019

Je n'ai pas vécu cette cure comme une retraite tant je me suis sentie connectée à la vie : ciel, arbres, vent, grande empathie entre tous les présents. Au bout de ces quelques jours, profonde présence à la vie, plus grande lucidité (nettoyage des yeux de l'âme?) et donc envie de poursuivre. Jusqu'à présent je tiens le coup : eau chaude, yoga, alimentation. Une grande respiration pour chacun !

Christiane

Mouries 2019

Après cette cure, je me sens plus fort et plus serein pour affronter la vie et tous les soucis du quotidien

Bruno

Mouries 2019

Je rentre enthousiasmée par cette cure au mas du Coussoul ! cadre superbe, programme riche et complet, massages exceptionnels, tout cela très propice au yoga dispensé par Philippe dont l'enseignement pratique et théorique est de grande qualité. Je suis ravie d'avoir découvert l'ayurvédisme dans ce contexte. La personnalité de Philippe, chaleureuse, généreuse et pétée d'humour apporte aussi beaucoup. Il sait vraiment transmettre et partager son savoir et son expérience.

Camille

Mouries 2019

« 3ème année, 3ème cure dans ce lieu magique du Mas de Coussoul où circule des énergies et des ondes pleines de positivité. Je me suis de nouveau totalement ressourcée avec une équipe incroyable de don de soi et de prévenance, merci à Philippe pour ses conseils, sa générosité et sa disponibilité. Un merveilleux séjour avec du yoga, de la méditation et des repas sains. Je suis rentrée avec la conscience éveillée et le corps serein. Vive l'Ayurveda. Vivement 2020 pour la 4ème cure. »

Karine

Mouries 2019

Une deuxième expérience aussi riche et bienfaitante que la première . J'ai rajeuni de dix ans, intérieurement et extérieurement .

Paola

Mouries 2019

" La cure ayurvédique de Phillippe et son équipe est un vrai moment de détente et de bonheur. Les journées défilent entre yoga, massages, méditation, sieste, lecture et échanges avec le groupe sans oublier l'approche ayurvéda par Philippe.

Le cadre est bucolique, calme, simple : tout ce qu'il faut pour se détendre et se ressourcer. Un grand merci à Philippe, Donatella, Caroline et Léa pour cette belle organisation. Il sera impossible de ne pas s'accorder ce moment de quiétude chaque année."

Ariele et Jean Michel

Mouries 2019...

Très belle expérience pour cette cure qui m'a permise de me ressourcer dans un endroit calme et chaleureux. Bon dosage entre efficacité, gentillesse et discrétion.

Pascale

Mouries 2019

La cure a été super et toute l'équipe aussi excellente. L'emplacement très agréable.

On se rend vraiment compte où on est et quelles lacunes on a.

Rosita

Mouries 19

Merci pour la cure dans la simplicité ce qui n'enlève rien à la qualité au contraire

Annie et Bernard

Mouries 2019

« I have a dream.... » j'ai réalisé mon rêve au Mas. Une expérience que je conseille à tous.

Michèle

Mouries 2019

Le séjour a bien été bénéfique avec ses massages de très bonne qualité, les saveurs de la nourriture une belle découverte, les lieux charmants en pleine nature et le chef de file excellent par ses anecdotes et ses conseils. Une belle semaine.....à refaire.

Madeleine

Mouries 2019

Superbe séjour, belle ambiance, et une nature merveilleuse. je suis heureuse de cette expérience

Lucienne

Anafi 2019

C'est la 5ème fois que nous faisons cette cure à Anafi tellement nous apprécions Philippe et son équipe... Et cette année, le temps plus frais nous a permis de faire toutes les balades (sauf la dernière, au Monolithe) sans souffrir de la chaleur... Cette île, à l'écart des circuits touristiques, nous enchante !

Jacqueline et Jean Louis

Anafi 2019

"Anafi est un endroit si dépouillé, préservé et authentique qu'on se demande si c'est encore possible de trouver de telles pépites. Et d'y passer une semaine avec la formule proposée par Philippe n'est que du bonheur! Âmes sensibles à trop de beauté s'abstenir!"

Magali

Anafi 2019

Me voici après quelques jours de reprise de vie normale... et je profite des bienfaits de la cure . Je me sens plus légère , plus en phase avec moi, et je n'ai plus envie de manger beaucoup

Catherine

Mouries 2019

La cure m a fait énormément de bien

Physiquement je me sens beaucoup mieux , et j ai retrouvé l énergie que j avais perdue il y a quelques mois .

Cris

Mouries 2019

Voilà déjà ma cinquième cure d'une semaine et je suis certaine de m'y inscrire pour une prochaine fois tant les bienfaits qu'elle m'apporte sont importants :

- équilibre émotionnel

- un meilleur sommeil
- une plus belle peau
- deux kilos en moins ce qui n'est pas à négliger
- des bonnes résolutions au retour

et cerise sur le gâteau, le groupe était formidable. Nous avons eu bcp d'échanges.

Dominique

Mouries 2019

J'ai passé un doux moment en dehors du temps très ressourçant

lors de la cure Ayurvédique à Mouriès.

J'ai la sensation d'avoir retrouvé un autre corps bien plus confortable

à vivre.

Yvon

Mouries 2019

Cette semaine passée au Mas de Coussoul m'a remplie de joie et m'a permis de cultiver la bienveillance tant pour moi-même que pour les autres .
J'espère de tout cœur revenir l'an prochain .

Josiane

Mouries 2019

La cure a été un moment privilégié pour prendre soins de mon corps, mais aussi pour calmer le mental et lâcher les affaires courantes et incessantes. Je félicite Philippe et toutes les intervenantes pour leurs massages, soins et autres participation à la préparation des repas. J'ai plus particulièrement apprécié la méditation et la séance de yoga du matin. Le yoga proposé est à la portée de tous en faisant attention à ne pas brusquer le corps. Enfin le cadre est réellement charmant et les ballades dans les Alpilles sont très inspirantes et vivifiantes.

Michel

Mouries 2019

J'ai passé une semaine ressourçante entourée de belles personnes. L'endroit est magnifique et invite au lâcher prise. Je repars reposée et reboostée. Les soins prodigués sont de qualité. Je recommande à tout le monde de s'accorder cette semaine de cure magique.

Véronique

Mouries 2019

A près de 80 printemps, après la cure Ayurvédique, je me sens des ailes pour une nouvelle vie avec un corps régénéré et un état d'esprit positif et l'envie de poursuivre dans cette voie.

MERCI

Myriam

Mouries 2019

J'ai été ravi de cette cure. J'en suis ressorti « régénéré », très motivé pour continuer ainsi (ce que je fais depuis mon retour.)

Eric

Mouries 2019

Séjour surprenant au cours duquel j'ai retrouvé l'appétit, dans tous les sens du terme. Je suis rentrée chez moi le cœur plus léger, riche de nouvelles rencontres et de recettes savoureuses.

Sandrine

Mouries 2019

Très beau séjour sous le soleil de Provence. Les soins sont prodigués avec respect et amour (que ces soient les massages, les séances de yoga et méditation ou la cuisine ayurvédique que j'ai beaucoup appréciée).

Marie-Noelle

Mouries 2019

Cure à la fois sérieuse et légère. Philippe et son équipe n'épargnent pas leur peine pour nous introduire pleinement dans le monde de l'ayurvéda.

Lucienne

Mouries 2019

Se poser et se reposer, reprendre de l'énergie, de nouvelles habitudes alimentaires tout ça avec le soutien d'une équipe professionnelle et chaleureuse dans un cadre charmant et des journées dans le rythme de yoga profond, de méditation et de massages bienfaits voilà la cure ayurvédique au Mas du Coussoul.

Nous reviendrons avec plaisir pour renouveler et approfondir cette belle expérience

Marie et Pierre

Mouries 2019

Cadre idyllique, massages et alimentation adaptés, yoga et activités détente, ... Que demander de plus pour vivre une cure à son aise

Bernadette

Kerala 2019

"Quelle expérience cette découverte de l'ayurvéda au Kundaï Lip H.Resort ! Endroit paradisiaque où l'esprit s'évade, le corps se détend. Une belle parenthèse que je n'ai pas refermée. Aujourd'hui, les yeux clos, je revisite les lieux et les sourires, les levers de soleil, l'envol des oiseaux au petit matin, les odeurs et les saveurs des épices...le calme, reeeelax...Après coup, j'ai dû être "envoûtée" par Amma

Nicole

Kerala 2019

** Ce voyage au Kerala fut profond, riche en découvertes, bien conçu dans ses jours d'acclimatation et de visites. La cure dans le paradis qu'est le Kondaï Lip, ce sont de magnifiques moments où RECEVOIR n'est pas un vain mot : tant les sourires des visages et des coeurs que la bienveillance, la compétence, la précision des gestes qui soignent, accompagnent. Que dire de cette magnifique médecin intuitive et si présente, si attentive ! Même un mois après le retour, elle demande encore de mes nouvelles, sachant que le corps a

manifesté son adaptation au 'renouveau'. Les deux profs de yoga et leurs exercices simples et si adaptés : chapeau ! Idem pour les logements, la nourriture succulente, étonnante par la variété des saveurs et les recettes. L'hôtel et son personnel en or, à table comme pour tous les autres services, c'est un lieu de convivialité, une ambiance ° famille° que l'on quitte à regret, ils sont tous très attachants. **

Christiane

Kerala 2019

Je suis ravie d'avoir choisi Ayurvéda-Provence et cela donne très envie de continuer à mieux appréhender l'Ayurvéda

Nathalie

Mouries 2019

Cette semaine a été très bénéfique, car j'étais épuisée et progressivement je me sens beaucoup mieux. Donatella m'a aidée à recommencer une alimentation correcte que je continue. C'est une excellente cuisinière et elle a une ouverture d'esprit que j'ai beaucoup appréciée

Marie-José

Mouries 2019

C'était une première expérience pour moi

J'ai trouvé une belle qualité des soins/massages; le temps des repas était l'objet de découvertes gustatives - une disponibilité à nos questions, demandes et d'un accueil au sens large de ce que nous étions dans nos différences les uns des autres.

Béatrice

Mouries 2019

Super stage avec Donatella et les masseuses!

Une belle façon de se reconnecter à soi!

Dominique

Mouries 2019

Semaine très fructueuse. Equipe professionnelle et sympathique, massages bienfaisants, yoga relaxant et efficace. Bonne ambiance, chaleureuse et amicale.

Nous sommes tout à fait satisfaits de cette expérience qui nous a appris beaucoup de choses, notamment sur l'expérience ayurvédique que nous espérons pouvoir renouveler.

Chantal et Bertrand

Mouries 2019.

Comme à chaque fois je sors régénéré et enthousiaste de cette merveilleuse cure. J'ai pris goût au yoga et à la méditation qui vont m'aider à tenir ma diète pour une remise en forme totale d'ici quelques mois. J'aborde mes soucis et problèmes....qui n'en sont pas...avec sérénité. Mon état positif me permet d'envisager l'avenir avec optimisme. Je reviendrais certainement en cours d'année pour une piqûre de rappel.

Jean Marie

Mouries 2019