



# VOYAGE DANS LE DESERT DU SAHARA

## Le Voyage Intérieur

Oser rencontrer qui nous sommes vraiment. Oser quitter nos repères, laisser s'apaiser le tumulte de nos vies trépidantes pour se laisser gagner par la paix et la sagesse du désert qui nous rappelle l'essentiel d'habiter pleinement ce qui est, dans la magie du moment présent.

Pas à pas, au rythme de la caravane, le silence, la solitude du désert nous confrontent à notre histoire, à notre être profond; traçant ainsi jour après jour le chemin vers la rencontre avec notre guide intérieur, notre «sage intérieur».

Cette part de nous SAIT et peut ainsi apporter un éclairage au sens de notre présence en cette vie et sur cette terre.

«Là où le temps s'abolit l'espace perd ses limites. Là où l'espace est sans limites, le temps est aboli... Ainsi le désert nous conduit là où la conscience a si peu de choses à déclarer»

J.Y. Leloup

## Voyage dans le sud marocain à la découverte du Sahara

Le désert... Qui n'a jamais rêvé de ses vastes étendues de sable, de ses nuits étoilées, de ses nomades enturbannés de bleu suivant le pas lent et rythmé des dromadaires?

Le désert du sud marocain présente une variété infinie de paysages qui se succèdent : montagnes, plaines, roches, dunes, vent et soleil... Les régions de Zagora et de M'hamid, aux portes du mythique désert du Sahara, sont parmi les plus belles du Maroc.

On n'habite pas le désert, il nous prend en nous habite comme richesse de silence et de ressource inconnue. Le désert est un lieu d'initiation, de rencontre avec soi-même et avec l'absolu.

## La Méthode de Libération des Cuirasses

est une approche corporelle qui touche la liberté et la globalité de l'être, en aidant le corps à se libérer de ses cuirasses. Ces carapaces physiques, psychiques, émotionnelles et énergétiques qui parfois, entravent la vie et l'amour.

## Cheminer une semaine dans le pas des Nomades

Nous vous proposons une formule de voyage pleinement authentique, en dehors des grands circuits touristiques.

## La Méharée

est le mode de voyage des Nomades : une marche de 6 jours dans le désert où chacun peut conduire son propre dromadaire qui porte les bagages et peut être monté à volonté. Le soir, le bivouac est installé en pleine nature par nos guides berbères qui dressent les tentes sous la voûte étoilée. Les repas servis sont préparés par leurs soins dans le respect des traditions de l'hospitalité marocaine.

Pour vous guider dans ce voyage intérieur les périodes de marche alterneront avec des moments de méditation, de silence, de partage, de rencontre avec le corps à travers des mouvements de libérations des cuirasses MLC©.

**Ce voyage sera animé par :**



### **Annick Dessart**

Thérapeute diplômée en MLC© et Images de Transformation© (IT)

Initiée à la Communication NonViolente (CNV), elle anime des ateliers de développement personnel.

### **Vincent Bertrand**

Licencié en éducation physique et kinésithérapie, Ostéopathe D.O.

Thérapeute diplômé en MLC© et assistant de Marie Lise Labonté.

Plusieurs voyages dans le Sahara marocain lui ont permis de tisser de véritables liens d'amitié avec la famille Mhidi qui organise des méharées, trekkings et excursions dans la région de Zagora

## **A qui s'adresse ce voyage?**

A toute personne qui souhaite se donner le cadeau d'un temps d'arrêt, d'un temps de rencontre avec soi, d'un temps de solitude, en présence d'autres personnes qui ont la même quête de recherche, de croissance et d'absolu.

La formule de voyage proposée suppose que chaque participant soit capable de marcher 4 heures par jour.



### **ASBL FORME ET SANTE**

Rue de Louvranges 34

1325 Chaumont-Gistoux

Belgique

Tél/Fax : +32(0)10 22 53 22

[vincent.bertrand@belgacom.net](mailto:vincent.bertrand@belgacom.net)

[www.forme-sante-voyage.be](http://www.forme-sante-voyage.be)

**DU 14 AU 24  
OCTOBRE  
2009**

**Prix : 790 €**

**Acompte : 400 €**

à verser sur le compte de  
l'asbl «Forme et Santé» : **001-2008702-05**

Fortis Banque

Code SWIFT (code BIC) : GEBABEBB

Code IBAN : BE96 0012 0087 0205

**Solde** à payer pour le 1er septembre 2009.

### **Ce prix comprend :**

- l'animation du stage
- 2 nuits dans un Riad à Marrakech
- 1 nuit d'hôtel à Zagora
- 1 nuit d'hôtel à Ouarzazate
- Hébergement en chambre double (supplément chambre single : 220 €)
- tous les repas
- les frais de prise en charge par la caravane dans le désert
- les frais de transfert sur place

**Ce prix ne comprend pas le billet d'avion jusqu'à Marrakech.**