

NOUVEL AN ESSENIEN **DESERT MAROCAIN**

Du 28 décembre 2017 au 04 janvier 2018

Avec
Anne GIVAUDAN
& Antoine ACHRAM

www.sois.fr



AORA VOYAGES

Bien-être - Développement personnel - Psychologie positive - Traditions ancestrales

www.aoravoyages.fr

Vos intervenants

Anne GIVAUDAN et Antoine ACHRAM

Auteur et co-auteur de 19 livres traduits dans de nombreux pays, Anne GIVAUDAN permet à un vaste public de découvrir, grâce à ses expériences personnelles, les mondes de l'après-vie, ainsi que les soins esséniens.

Docteur en médecine depuis 25 ans, en quête d'une approche globale qui respecte le malade tout en recherchant les causes profondes de sa maladie, Antoine ACHRAM pratique depuis plusieurs années les « soins esséniens », méthode à la fois ancestrale et futuriste.

Ils ont uni leurs compétences afin de mettre à disposition de ceux qui cherchent à réconcilier la science et la conscience, des livres et des séminaires qui permettent à chacun de trouver plus de sérénité dans la vie quotidienne et plus de cohérence entre les différents plans de leur être.

ww.sois.fr



« Un **voyage à l'écoute de Soi**, c'est avant tout un **voyage vers soi**, une reconnexion intérieure. Marcher en conscience dans le **désert**, c'est se laisser guider vers des espaces insoupçonnés. C'est à travers ce haut lieu **énergétique et sacré qu'est le désert**, qu'Anne GIVAUDAN et Antoine ACHRAM, et notre guide Gnaoua, vous initieront à la **marche silencieuse** ainsi qu'à la méditation. Anne Antoine et Ali seront présents pour vous aider à franchir les seuils que vous offrira l'immensité du désert ensorcelant et fascinant. En fonction de son énergie spécifique et de ce qu'il va venir toucher chez chacun, il agira comme un révélateur, comme un miroir de nous-mêmes, mettant en lumière nos forces, et parfois nos faiblesses. **Le désert, les traditions ancestrales, alliés aux méditations et interventions de nos intervenants**, nous permettra d'entrer en contact avec notre nature profonde, nos aspirations, la sensation d'éternité qui existe en nous. Car au cœur de nos peurs, nos doutes, on peut aussi découvrir le meilleur de soi. « **Peu importe l'histoire de votre vie, c'est la façon dont vous la vivez qui en fait une réalité lumineuse** » de Anne GIVAUDAN. Lors de ce séjour nous découvrirons la Sagesse Sacrée des **Gnaouas** et participerons à leur cérémonie, ce qui nous permettra de comprendre comment ces ethnies savent se relier, écouter, recevoir, percevoir ce qui leur a été donné par le divin, la nature, les éléments... Voyager en conscience en étant à l'écoute de soi, **c'est cheminer vers la joie**, et donc vers **une vie plus positive**, en utilisant la **méditation, la visualisation, et la présence à l'instant**, afin de prendre conscience de notre lumière et d'aller vers la **sérénité**... Ce voyage au cœur du **désert**, nous permettra d'expérimenter profondément et intensément le silence afin de **se retrouver avec Soi** et de **commencer l'année qui s'annonce libéré des charges inutiles qui nous encomrent.** »

Valérie DECOUPIGNY (Fondatrice d'AORA VOYAGES)



Ali KHATAR : votre guide Gnaoua

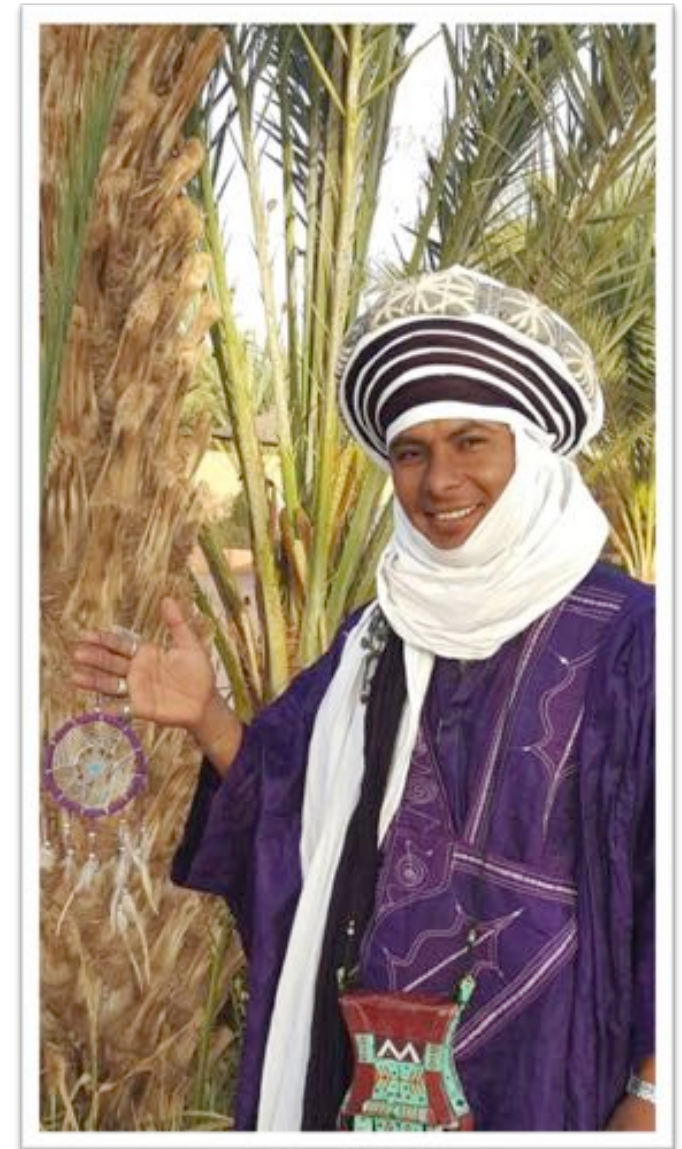
Ali n'est pas un nomade du désert comme les autres, d'origine gnaoua, il s'intéresse tout particulièrement aux techniques de bien-être et au développement personnel, à **travers le yoga, la méditation, la marche en conscience...**

Diwan en Algérie, Stambali en Tunisie et Lybie, la **confrérie Gnaoua** a séduit et s'est développée au fil des siècles, nous livrant une musique mêlée de rythmes africains et arabo-berbères forts de transe et d'errance. Début juin, à Essaouira, a lieu tous les ans l'événement le plus marquant de la culture musicale gnaoua au Maroc : le 'Festival Gnaoua et Musique du Monde'. Toujours métissée, ce festival a laissé une place aux confréries spirituelles. Une occasion unique d'écouter les grands mâalem des gnaoui et des issouas.

Au-delà de la musique, un rituel connu et thérapeutique :

Selon de vieux érudits gnaoui, leurs rites et musique seraient apparentés au vaudou, à la santéria cubaine ou encore au candomblé brésilien. Ces pratiques issues de l'Afrique subsaharienne ont su se transformer pour perdurer et ne pas perdre de leur originalité.

A l'instar du vaudou qui s'est christianisé dans les Caraïbes, les gnaoui auraient donc adopté une forme d'Islams spirituelle pour assurer la continuité de leurs rites sacrés.





Une expérience du désert en silence...

Le Désert est un lieu incontestablement initiatique, où l'on atteint une spiritualité qui éveille les sens et redonne un sens à l'existence.

Le Désert chargé d'une aura particulière et propice à la méditation, à la patience, à l'écoute de Soi, est un haut lieu qui aide chaque voyageur à prendre conscience qu'il est un être lumineux, quel qu'il soit, et permet de trouver en chacun des chemins ignorés, des chemins qui sont comme une passerelle vers le bonheur.

Partir dans le Désert, c'est partir à la rencontre de son être profond. L'immensité du Désert permet de plonger à l'intérieur de soi-même. bercé de soleil et de vent, les grandes dunes aux formes accueillantes, les couchers de soleil, la nuit, le ciel illuminé d'étoiles scintillantes, invitent à mettre sa vie entre parenthèses, sur le chemin d'un ressourcement physique et mental, nous invitent en permanence à rencontrer notre vérité, notre authenticité, notre immensité, à retrouver l'enthousiasme et la joie de notre enfant intérieur, à recontacter naturellement la dimension spirituelle de la vie.

Nous vous proposons de « poser » votre téléphone, votre tablette, votre ordinateur, lors des journées dans le désert, afin de vous connecter au monde, aux personnes qui partageront votre voyage et à vos propres sensations ... sans écran !

Et si une urgence nécessitait de vous prévenir très rapidement ? Notre association « Voyage sans écran » propose un **système de prise en charge-relais permettant de vous joindre pendant le voyage en cas d'urgence.** Vous pourrez ainsi vous offrir une **pause digitale** et partir en voyage l'esprit serein avec en tête le vieil adage : « **pas de nouvelles, bonnes nouvelles** » ...

Utilisons ce levier formidable qu'est le voyage pour cultiver l'instant présent !



DESERT MAROCAIN

" Voyage à l'Ecoute de Soi"



LE SEJOUR

Nous vivrons en autonomie complète dans le désert avec une équipe de Chameliers.

Le campement sera semi-itinérant c'est à dire que nous séjournons 2 à 3 jours dans un même endroit puis, selon les conditions climatiques, nous nous déplaçons.. Nous marcherons en principe une matinée.

Si fatigue, un dromadaire par personne est prévu et porteront nos bagages durant les déplacements.

Nous pourrons ainsi découvrir et savourer pleinement la beauté et la diversité du désert.

La marche est accessible à toute personne avec une condition physique "normale". Des pauses seront régulièrement proposées.

Organisation type d'une journée

Lever au rythme du soleil...

Petit déjeuner avec vue sur des paysages de toute beauté

Marche 3 à 4h par jour essentiellement le matin ;

Echanges en groupe à propos du vécu de la matinée

Déjeuner sous la tente

Sieste réparatrice

Travail en groupe

Thé

Temps pour soi ou méditation au soleil couchant...

Repas autour du feu en compagnie de notre équipe Gnaoua.

Nous voyageons en toute sécurité, de façon très organisée et toujours dans les zones autorisées, avec notre équipe locale depuis plusieurs années.

PROGRAMME

Jour 1 - Le jeudi 28 décembre 2017 : Arrivée à Marrakech

Vol depuis la **France** vers **Marrakech**.

Transfert Aéroport - Hôtel.

Dîner et nuit dans un hôtel 3 *** à **Marrakech**.

Jour 2 - Le vendredi 29 décembre 2017 : Marrakech - Désert

Petit-Déjeuner à l'hôtel.

Départ de votre hôtel en 4*4 (ou taxi ou minibus en fonction du nombre de participants).

Vous emprunterez la route du col de Tizin jusqu'à **Ouarzazate**.

Vers midi, dégustation **d'un succulent Tagine**.

La route se poursuit ensuite le long de la vallée verdoyante du Draa jusqu'à **Zagora**. De nombreux arrêts seront proposés pour profiter des surprenants paysages variés de l'Atlas.

Poursuite de la route vers **Mhamid** jusqu'au bivouac et première soirée et nuit dans le désert. Vous rejoindrez le bivouac dans le désert par une balade à dos de dromadaire d'une heure environ.



Du jour 3 au jour 6 - Du samedi 30 décembre 2017 au mardi 2 janvier 2018 : Désert

Votre séjour se déroulera dans un bivouac fixe installé au cœur du désert. Tout y est prévu pour votre confort, tentes nomades avec lits, draps et couvertures.

Une tente restaurant qui sert également de salle de pratique (**Yoga, Méditation**,...) Un petit bâtiment sanitaire comprenant douches et WC à l'européenne. Et bien-sûr l'espace feu de bois pour les soirées nomades du désert.

Sur place, méditation et partages seront proposés par Anne et Antoine. Diverses activités du désert sont possibles : balades dans les dunes (en groupe ou en solitaire), marche consciente, balade à dos de dromadaire, contemplation du coucher de soleil au sommet de la plus haute dune (ou lever du soleil pour les plus courageux), marche de nuit accompagnée, Puis départ pour pour une randonnée chamelière en silence et nuit en bivouac sous les étoiles.

Pour votre restauration, vos hôtes vous préparerons de bons petits plats nomades chaque jour différents. Vous vous régalez également lors du goûter avec les fruits secs, le bon thé à la menthe, les pâtisseries marocaines, les dates ou les figes sèches, ...

Mais l'apothéose de votre séjour sera sans nulle doute la **soirée du 31 décembre spéciale "Gnaoua"** organisée en votre honneur: musiques, danses et chants traditionnels interprétés par des nomades et des Gnaouas. **Transe chamanique**...Ambiance assurée !



La culture Gnaoua à travers la musique

La Confrérie Gnaoua a séduit et s'est développé au fil des siècles, nous livrant une musique mêlée de rythmes africains et arabo-berbères forts de transe et d'errance.

Selon de vieux érudits Gnaoui, leurs rites et musiques seraient apparentés au vaudou, à la santéria cubaine ou encore au candomblé brésilien. Ces pratiques issues de l'Afrique subsaharienne ont su se transformer pour perdurer et ne pas perdre leur originalité.

Le rituel de transe ou Lila rituel se pratique soit chez un particulier ou dans une zaouïa. Citadin, il se déroule la nuit. Grâce aux vertus d'une transe, la Lila est à la fois un rite de possession et un rite thérapeutique ; elle est composée d'un maître musicien appelé le maâlam, de musiciens danseurs, et de la moqaddema : la gardienne du sanctuaire. La cérémonie se déroule en trois phases : l'Aâda, l'oulad bambra et le M'louk.

- **L'Aâda** est une procession colorée accompagnée par les t'bels (tambours) et par les crotales (krakreb). Déambulant, ils appellent de manière incantatoire à une guérison thérapeutique et spirituelle en se servant d'un chant appelé « l'aafou ya moulana ».
- **L'oulad bambra** est la partie profane de la Lila. Les chants évoquent le Prophète, les ancêtres et la nostalgie du vieux Soudan d'avant l'esclavage. Les musiciens dansent devant le maâlem, avançant et reculant en frappant des mains. Puis en cercle, chacun démontre ses qualités de danseurs et d'acrobate.
- **M'louk** est la partie sacrée de la Lila. Les génies des sept couleurs y sont invoqués. Des fumigations de jaoui (encens) sont largement répandues afin de sacraliser le guembri du maâlem et apaiser les génies.
- **Le guembri** est l'instrument central du rite, c'est lui qui contribue à la transe en envoyant une invitation aux Saints et aux M'louk. A chacun des sept couleurs correspond un rythme musical et une fumigation d'encens particulière. C'est ce cheminement mobilisant tous les sens et le strict respect du culte qui permettront l'invocation des génies.



Jour 7 - Le mercredi 3 janvier 2018 : Désert - Marrakech

Au petit matin, départ après le petit-déjeuner, pour le retour à Marrakech.

Le long de la route, divers arrêts pour se rafraîchir et découvrir l'artisanat local des villages traversés ou simplement prendre le thé traditionnel avec vos hôtes de voyage.

Déjeuner libre.

Dîner libre

Nuit dans un hôtel 3*** à Marrakech.

Jour 8 - Le jeudi 4 janvier 2018 : Marrakech - France

Petit Déjeuner à l'hôtel.

Transfert vers l'aéroport de **Marrakech**.

Convocation à l'aéroport de **Marrakech** pour le vol vers la **France**.



NOUVEL AN ESSENIEN **DÉSERT MAROCAIN**

Du 28 décembre 2017 au 4 janvier 2018

8 jours / 7 nuits

Tarif base 20 participants : 1 440.00 € TTC par personne

Ce prix comprend :

- Les transferts Aller / Retour Aéroport Marrakech - hôtel ;
- Deux nuits en chambre double ou twin dans un hôtel 3 *** avec petits-déjeuners.;
- L'accompagnement de votre guide du J 2 au J 7 ;
- Le transfert Aller / Retour « Marrakech - Désert » en 4*4, Taxi ou Minibus ;
- Le dîner du jour 1 (hors boissons) ;
- Séjour de 5 jours tout compris en bivouac semi-fixe dans le désert avec petits-déjeuners, déjeuners et dîners (logement en tente nomade et tente type canadienne de 2 à 4 personnes) ;
- Eau minérale à disposition dans le bivouac pendant tout le séjour ;
- La taxe de promotion du tourisme et la taxe de séjour ;
- Les assurances assistance - rapatriement.

Ce prix ne comprend pas :

- Le vol Aller / Retour « France - Marrakech » et es taxes aériennes : à ce jour environ 550.00 euros TTC ;
- Les services non mentionnés au programme ;
- Les boissons, repas non mentionnés au programme (les 2 repas libres du jour 7) ;
- Les pourboires aux guides, chameliers et chauffeurs ;
- Les dépenses personnelles ;
- Le supplément chambre individuelle : 200.00 euros ;
- Les hausses de taxes, de surcharge carburant et d'assurances éventuelles jusqu'au départ ;
- Les taxes d'entrée et de sortie éventuelles : rien à ce jour mais possibilité à tout moment d'être réclamées par le gouvernement du pays en question (à régler sur place) ;
- L'assurance AXA annulation à 50 € TTC par personne, ou complémentaire à 60 € TTC par personne.

Devis effectué le 27 septembre 2017, sous réserve de disponibilités et de modifications de tarifs de la part des prestataires au moment de la réservation.

AORA VOYAGES

www.aoravoyages.fr



Parc de la Cimaise - 14 Rue du Carrousel

59650 VILLENEUVE D'ASCQ

Tel : 00 33 (0)3 20 04 03 69

Email : contact@aoravoyages.fr

Immatriculation : IM059110031

Siret : 45135451800032