

Voyage transpersonnel au Mexique chamanique

Du samedi 21 juillet au dimanche 5 août 2012

*Cette aventure a débuté en 1993, suite à une rencontre « par hasard »
entre Mapda Solé, Bernadette Blin-Lerç et Francis Lerç.
Depuis, l'histoire a continué et ce sont des dizaines de personnes
qui les ont accompagnés dans ce voyage mémorable.*

Invitation au « voyage »

Ce séminaire est organisé par l'agence de voyages « Holos Experiences » située à Barcelone avec une antenne au Mexique et proposé et concocté par les thérapeutes et animateurs français et catalans.

Avec ce voyage-séminaire, nous vous proposons un travail expérientiel très profond, centré sur les états élargis de conscience, au cœur de la civilisation mexicaine.

Pendant 15 jours, nous vous invitons à plonger dans cet univers illimité qui se trouve au cœur de vous-même.

C'est un séminaire exceptionnel qui allie le travail sur soi, la richesse du groupe, la découverte de paysages enchanteurs et de la civilisation mexicaine, les techniques ancestrales de guérison issues des traditions préhispaniques, la détente et la fête. Des guérisseurs et guérisseuses traditionnelles (chamanes) nous accompagneront dans cette exploration.

Le Mexique est un pays très vaste mais en 15 jours, vous vivrez une vraie rencontre avec le pays et ses habitants et vous en connaîtrez plusieurs aspects avec des paysages très contrastés.

Programme

La première semaine à Veracruz

A votre arrivée, un temps sera consacré à l'acclimatation, l'accueil et la découverte des environs et du groupe.

Pour ouvrir le processus

Un rituel de « limpia » (nettoyage) et expériences d'exploration intérieure.

Ballade à Veracruz, les plages, les marchés typiques et sortie en soirée à « Los Portales » cœur vital de la ville, à l'architecture et l'ambiance coloniales, avec de nombreux cafés, des orchestres de marimbas, des vendeurs ambulants qui vendent les articles les plus inimaginables. En fait un lieu où règne tous les soirs une ambiance de fête permanente.

Expérience de Respiration Holotropique

Une expérience de Respiration Holotropique sera proposée sur le mode habituel mais dans un contexte tout à fait inhabituel. (voir la présentation de la Respiration Holotropique sur le site www.irett.net)

Voyage de 2 jours : découverte et expérience chamanique traditionnelle

Voyage au lac de Catemaco, site magnifique d'un lac immense au milieu de collines à la végétation tropicale et séjour d'une nuit dans des cabanes au bord du lac.

Nous y vivrons une cérémonie du Temazcal (équivalent mexicain de la sweat-lodge). C'est un rite ancestral de purification du corps, du mental et de l'esprit de la tradition préhispanique commune à la plupart des peuples amérindiens. Ce rituel se déroule dans un espace clos où nous sommes plongés - dans l'obscurité totale - dans un bain de vapeur et d'herbes aromatiques, le tout accompagné de chants et prières de guérison et de vénération pour la Terre Mère.

Avec bien sûr, des temps de partage et d'intégration de toutes ces expériences.

La deuxième semaine

C'est la semaine itinérante. Nous voyageons en minibus de façon à être autonomes dans nos déplacements.

- ◆ Première étape : la sierra Mazateca.
 - Accueil et séjour (2 jours et 3 nuits) chez une chamane, qui nous initiera aux cérémonies de guérison selon les rituels de la culture mazatèque.
 - C'est un plongeon au cœur de la vie simple et plus que rustique des Indiens Mazatèques.
- ◆ Séjour à Oaxaca (3 jours, 3 nuits), ville riche d'un passé culturel et religieux très présent.
 - Visite du site archéologique de Monte Alban, de la ville, avec tant d'églises plus belles les unes que les autres, les multiples petits palais, les marchés artisanaux, les musées...
 - C'est un temps de pause et de retour à la « civilisation » dans un lieu inspiré, vivant et enchanteur.
- ◆ Puis « retour à la maison », à Veracruz, en passant par la visite de l'arbre de Tule (plus de 2000 ans), pour le bilan et le rituel de clôture, à la fois profane et sacré.

Animation

Les thérapeutes et accompagnants

Bernadette Blin-Lery et **Francis Lery** avec **Magda Sole** et **Jaume Mestres**

Nous serons accueillis par Magda Sole, avec qui nous co-animerons ce groupe, et Jaume Mestres (directeur de l'agence Holos et formé à l'accompagnement thérapeutique), qui assurera l'encadrement et la logistique à l'hôtel TONATIUH à Veracruz et lors de nos déplacements.

Magda est psychologue et psychothérapeute, fondatrice de l'Institut Catalan de Psychologie Transpersonnelle. Elle est propriétaire de ce charmant hôtel transformé l'été en centre de stage. Nous serons accueillis comme la famille française de Magda par Nelly la « maîtresse de maison » et sa famille.

Jaume est coach dans une optique transpersonnelle et a une longue expérience de l'hôtellerie et de la restauration. Il a créé et dirige l'agence de voyages Holos, spécialisée dans les voyages avec une dimension expérientielle. Ils ont tous les deux une connaissance très approfondie du Mexique qui nous ouvre des portes et des opportunités impensables pour des non autochtones.

Bernadette et **Francis** sont tous les deux psychothérapeutes transpersonnels et formateurs de thérapeutes. Bernadette a créé et dirige l'IRETT (voir site www.irett.net). Ils ont initié ces voyages il y a 20 ans et sont toujours animés par la passion du Mexique et par le travail transpersonnel et chamanique lié à la culture locale.

Hébergement et nourriture

L'hôtel Tonatiuh comporte une quinzaine de chambres à 2 grands lits avec salle d'eau (douche et W.C.), une piscine et une grande « palapa » (sorte de terrasse couverte d'un toit de palmes) pour nos activités de groupe. Toutes les pièces sont équipées de ventilateurs. Ambiance familiale. Très simple mais sympa et propre. Logement en chambre à deux.

La nourriture sera partiellement européanisée, en ce sens qu'elle ne sera pas trop épicée (sauf pour ceux qui le désirent). Mais vous aurez l'occasion de déguster de nombreux plats traditionnels délicieux de la cuisine mexicaine, beaucoup de poissons du coin, des fruits exotiques, et la plupart des spécialités locales.

Pays et climat

Notre « base » sera située dans le petit hôtel Tonatiuh à 200 mètres d'une grande plage de sable, sur le golfe du Mexique (mer très chaude assurée !) entre Veracruz et Boca del Rio. Ce sera une atmosphère de ville très mexicaine, très animée.

Le climat à Veracruz est chaud et humide et comme nous serons à la saison des pluies, il y a des possibilités d'orages, mais jamais très longtemps... Le soleil revient vite ! Et même quand il pleut, il continue de faire chaud.

Là où nous irons dans la sierra (aux environs de 1600 mètres), le temps sera plus frais (mais il peut faire bien chaud dans la journée) et plus humide. A Oaxaca, à 1 500 mètres, le climat sera chaud mais plus tempéré avec également possibilité de pluies.

Et après...

Nous vous suggérons de profiter de votre présence sur le sol mexicain pour prolonger votre séjour par une extension touristique que vous pouvez organiser à l'avance ou improviser sur place. Le Mexique est un très beau pays, très diversifié, très attachant. Les gens y sont merveilleusement accueillants et c'est très facile de programmer la suite de votre séjour sur place. Nous pouvons aussi vous donner des conseils ou avant ou sur place.

Si vous voulez arriver un peu plus tôt ou repartir un peu après la fin du séminaire, c'est possible. C'est souvent agréable d'avoir un jour ou deux d'acclimatation avant le séminaire. Nous vous communiquerons les tarifs très raisonnables des repas et de l'hébergement à l'hôtel Tonatiuh (entre 45 à 50 €/jour en pension complète) où nous résiderons pendant la plus grande partie du séminaire.

Vous êtes invités à réserver vos vols vous-mêmes, mais vous pouvez nous consulter. Nous vous donnerons des informations et des pistes.

Conditions pratiques

Participants

Les conditions requises se fondent essentiellement sur votre disponibilité à la découverte et à l'aventure intérieure.

Nous n'acceptons que des personnes que nous connaissons ou qui ont fait au moins un groupe avec nous. Vous devez donc avoir un entretien, au minimum téléphonique avec l'un de nous.

Le groupe sera limité à 20 participants.

Contre-Indications

Il est important de nous indiquer si vous souffrez de maladie particulière, si vous avez subi une intervention chirurgicale récemment ou si vous êtes enceinte. Ceci peut nécessiter des aménagements pour votre accompagnement. Les maladies cardio-vasculaires, l'épilepsie, le glaucome, peuvent éventuellement constituer des contre-indications.

Il est impératif de nous signaler si vous êtes sous traitement psychiatrique, comme tout antécédent dans ce domaine.

Ce séminaire n'est pas accessible à des personnes à mobilité réduite ou présentant un handicap physique important.

En dehors de cela, ce séminaire est ouvert à tous. Il n'y a pas de marche difficile, seulement une adaptabilité à des conditions de confort rudimentaires pour quelques jours un peu « à la dure ».

Coût : 2 650 €

Ce prix comprend :

- ◆ l'hébergement et la nourriture, du samedi 21 juillet au soir jusqu'au dimanche 5 août au repas de midi,
- ◆ toutes les activités prévues dans le cadre du stage,
- ◆ le voyage dans la Sierra Mazateca et à Oaxaca,
- ◆ les différentes expériences et rencontres prévues,
- ◆ le transfert aller-retour de l'aéroport de Veracruz au centre.

Il ne comprend pas le voyage de chez vous jusqu'à Veracruz, les petits déplacements éventuels à votre initiative du 21 au juillet au 5 août.

Reste également à votre charge le voyage touristique que vous pouvez effectuer avant le 21 ou après le 5 août.

Inscription

Renvoyez votre bulletin d'inscription avec un chèque d'acompte de 1 200 € par personne, à l'ordre de IRETT-B. BLIN, les 1 450 € restants devant être payés avant le 31 mai 2012.

Ce chèque d'acompte vous permet de réserver votre place avant acceptation des thérapeutes.

Les modalités de paiement finales vous seront indiquées dans la confirmation d'inscription. Vous pourrez régler le séminaire par carte bancaire à l'agence Holos.

Désistement

Si vous vous désistez avant le 30 avril 2012, il vous sera retenu 650 €, si vous vous désistez entre le 1er et le 31 mai 2012, il vous sera retenu 1 300 €.

Après cette date, l'intégralité de la somme sera due.

Voyage

Les vols à destination du Mexique sont de plus en plus recherchés, surtout en été. Plus vous ferez vos réservations à l'avance, plus vous aurez de chances d'avoir un vol à un prix intéressant. Si vous pouvez faire vos réservations avant la fin 2011, vous pourrez bénéficier des tarifs les plus intéressants.

Vous devez disposer d'un passeport dont la date d'expiration est postérieure de 6 mois au moins à la date de votre retour du Mexique.

Pour vous aider

Vous recevrez une confirmation d'inscription avec tous les détails nécessaires et utiles pour faciliter votre voyage et votre séjour. Vous serez véritablement « accompagnés dès votre inscription.



Bulletin d'inscription

Renvoyez ce **bulletin d'inscription** avec le **chèque d'acompte** à l'ordre de :
IRETT –B. Blin (au 44, rue de la Chapelle - 95310 Saint Ouen l'Aumône France)

Nom _____ Sexe _____
Prénom _____ Âge _____
Profession _____ Tél. pers. _____
Adresse _____ Tél. prof. _____
_____ Portable _____
_____ E-mail _____

Inscription au : Voyage Transpersonnel au Mexique Chamanique, du 21 juillet au 5 août 2012

Acompte versé : 1 200 € (chèque joint) **Parapher**

Reste dû : 1 450 € à régler selon modalités ci-dessus **Parapher**

- Je déclare ne présenter aucune contre-indication à la pratique de la **Respiration Holotro-
pique** (maladies cardio-vasculaires, épilepsie, glaucome, intervention chirurgicale récente,
grossesse, pathologie psychiatrique) ni problème de mobilité particulier.
- Je déclare avoir pris connaissance des modes de règlement et d'annulation et les accepter.

A _____, le _____

Signature

Précédée de la mention « **lu et approuvé** »