

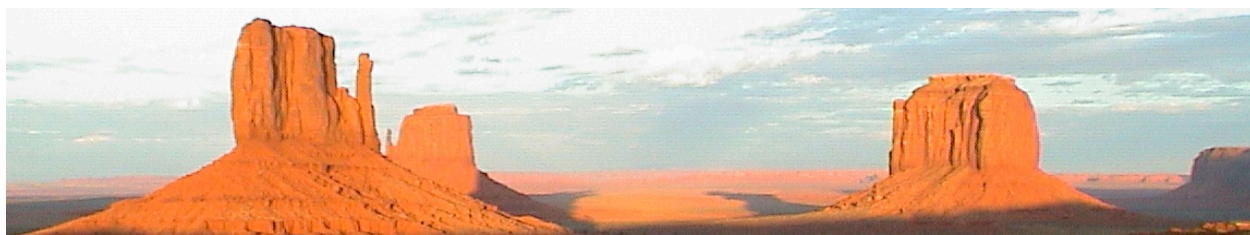


Voyage de ressourcement

EN TERRITOIRE AMÉRINDIEN (ARIZONA)

Les mots pour me dire

Du 28 février au 7 mars 2016



Une aventure unique
d'écriture autobiographique et de marches silencieuses
dans les inspirants canyons du Sud-Ouest américain!



Guide de marche
GORDON ROBERTSON

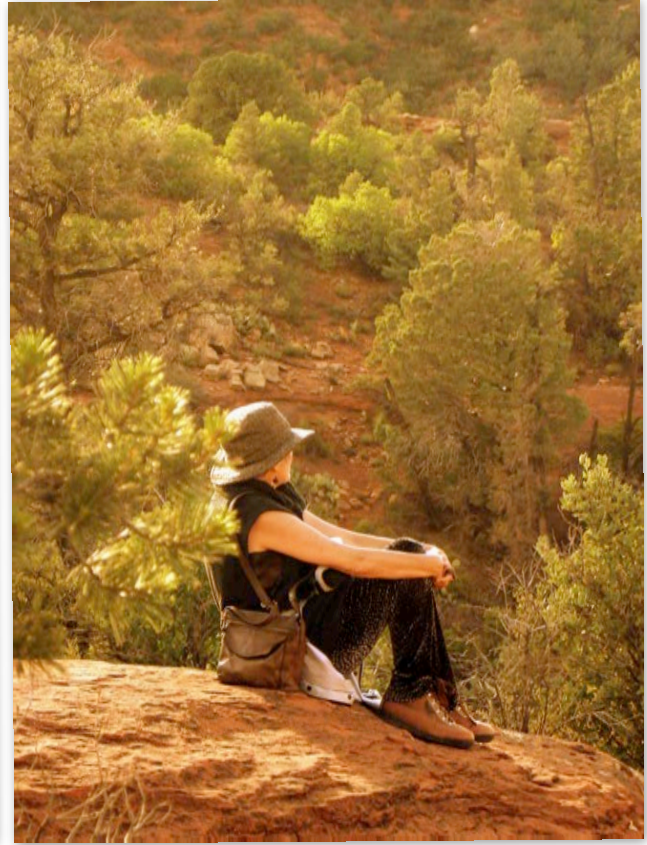


Guide d'écriture
CLAUDE LEBRUN

www.horites.com

ÉCRIRE...

Écrire par nécessité, pour laisser sortir le trop plein
Écrire pour tenter de se comprendre, pour enfin être compris
Écrire pour le rythme, la musique des mots et ce que ça fait vibrer à l'intérieur
Écrire pour ne pas oublier, pour revivre sa vie, pour laisser une trace derrière soi,
Écrire pour se découvrir un nouveau visage et le contempler avec étonnement
Écrire pour soi ou pour les autres, pour mieux vivre ou simplement pour ne pas mourir...



HO vous propose une aventure d'écriture unique dans le désert d'Arizona, lieu de toutes les révélations, un saut dans l'inconnu de l'instant présent qui contient tout ce que nous sommes. Chaque moment y est immense et chaque moment est tout ce que nous possédons

Contemplatif et convivial, ce voyage combine tourisme, apprentissage et régénération. Il permet d'explorer des paysages intérieurs et extérieurs dans un même mouvement.

La démarche d'écriture est entrecoupée de longues marches silencieuses dans des paysages à couper le souffle ainsi que de rituels sobres mais puissants favorisant une présence à soi essentielle à toute démarche créative.

Randonnées contemplatives

Communes à tous les voyages de HO, les marches en silence ont ce pouvoir particulier de nous faire goûter l'exquise saveur du moment présent. Leur magie permet à nos sens de se déployer et à notre regard de laisser entrer avec un nouveau filtre les splendeurs qui l'entourent.

Les randonnées contemplatives proposées lors de ce séjour se déroulent dans des paysages époustouflants de beauté : pinacles ocres, cathédrales de roc orangées, canyons roses, mesas dorées qui font face à l'horizon. L'expression « marcher sur la terre sacrée » prend ici tout son sens. Pour avoir une idée des lieux vous pouvez visiter le site de photos suivant : www.experiencesedona.com/gallery/redrock/default.htm

Soutenus et appuyés par quelques rites façon HO, ces moments de déplacement en silence nourrissent l'imaginaire et constituent un magnifique tremplin pour plonger avec confiance et inspiration dans l'écriture.



Atelier d'écriture

Cet atelier d'écriture autobiographique vous permettra:

- de visiter votre grenier intérieur de façon créative et inusitée
- de revisiter des événements qui vous ont façonné et des gens qui vous ont marqué.
- de vous brancher sur le langage de la nature pour mieux imaginer le parcours unique de votre vie

À la fois magique et ludique, la démarche d'écriture se fera à différents moments, de manière à prolonger la contemplation des marches silencieuses. Chaque atelier vous fera écrire à partir de consignes stimulantes et génératrices de surprises. Vous apprendrez à décoder les mots du silence grâce à des rites de présence légers permettant d'ouvrir l'espace créatif intérieur. À la fin de la semaine, vous aurez écrit une vingtaine de courts textes qui parlent de vous. Une occasion en or de coucher sur papier des souvenirs qu'on croyait égarés. Le tout, dans une ambiance chaleureuse et décontractée.



Horaire type

La structure des journées est conçue pour allier de façon harmonieuse formation et vacances.

Le matin : déjeuner, marche thématique silencieuse dans le désert, temps de réflexion, de contemplation et de présence à soi. Dîner.

L'après-midi : ouverture du cercle, atelier d'écriture, concile et temps libre (sieste, galeries d'arts, magasinage, flânerie, baignade, etc.). Souper.

Le soir : activités surprises proposées certains soirs. Les autres sont soirées à votre discrétion.

* *Expérimentation d'un sweat lodge offert à ceux qui le désirent.*

Vos guides

Guide de rituels et de marche

Cérémonialiste inspiré, **Gordon Robertson** est notre chef d'expédition pour les marches silencieuses. Explorateur aventurier depuis sa jeunesse, pour lui, la nature sauvage n'a plus de secret. Il a dormi dans la brousse, s'est bâti des maisons dans les arbres, a sué dans des huttes de sudation amérindiennes, et a même survécu à une rencontre avec un puma au beau milieu de la jungle sud américaine! Résident de Sedona, il connaît le désert comme le fond de sa poche. Formé par deux instituts américains pionniers dans le renouveau des rites de passages en nature sauvage - le Animas Valley Institute au Colorado et le School of the Lost Borders en Californie -, il guide également les extensions de la plupart des voyages de Ho.



Guide d'écriture

Issue du milieu des communications, **Claude Lebrun** vit de sa plume depuis plus de 20 ans, notamment comme scénariste pour la télévision jeunesse (dont la série culte Watatatow), comme journaliste de magazine (Reader's Digest, Elle Québec, Coup de Pouce...) et animatrice des ateliers de créativité et d'écriture Osez la plume (www.osezlaplume.com) qui connaissent un vif succès. Elle a aussi développé, en parallèle, une carrière d'auteure-compositeuse-interprète (www.claudel.info), dans le cadre de laquelle elle a produit un premier CD (*Frisson de grâce*). Claude est également diplômée de l'école Ho rites de passage pour la formation de Praticien en travail rituel.



Informations pratiques

LIEU

Sedona est une petite ville touristique axée sur l'art et située au coeur d'une vallée à l'entrée des canyons et des territoires indiens ainsi qu'à une centaine de milles du Grand Canyon. La région jouit d'un micro-climat agréable et regorge de *vortex*, ces champs magnétiques qui, dit-on, amplifient les énergies psychiques et augmentent la capacité de rêver.

TEMPÉRATURE

La température se maintient généralement entre 20°C et 25°C le jour, et 10°C à 15°C durant la nuit.

REPAS

Nous offrons le petit déjeuner et le repas du soir. Le repas du midi est à votre discrétion.

LANGUE

L'atelier se déroule en français. Dans le cas d'un invité anglophone, il y aura une traduction au besoin.

HÉBERGEMENT

Nous offrons l'hébergement en occupation double (style auberge de jeunesse) dans une magnifique maison offrant luxe et commodités nécessaires.

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Étant donné que les places sont limitées et que nous prenons les réservations par priorité, nous vous conseillons de réserver rapidement.

EXPÉRIENCE ET CONDITION REQUISE

Les marches silencieuses se font à un rythme lent et sont accessibles à toute personne en bonne santé.

MATÉRIEL

Voici des suggestions concernant le matériel à apporter:

- un petit sac à dos de jour pour les marches
- une bouteille d'eau en bandoulière (gourde)
- une lampe de poche ou une lampe frontale
- un journal de bord et crayons pour les ateliers
- une trousse de toilette
- un produit anti-moustiques, lunettes et protection solaires, baume pour les lèvres
- médicaments personnels

VÊTEMENTS

- des souliers de marche bien «cassés»
- une bonne paire de sandales
- un chapeau à large bord qui protège bien le visage et le cou (pas de casquette) et un petit foulard pour vous protéger du soleil
- vêtements légers et confortables pour le jour
- un chandail chaud à manches longues (le polar est idéal)
- un maillot de bain et deux serviettes
- un paréo pour la hutte de sudation
- un imperméable ou poncho de qualité pour la pluie

OPTIONNEL

Un instrument de musique (si vous en avez un et savez en jouer).

Inscriptions et réservations

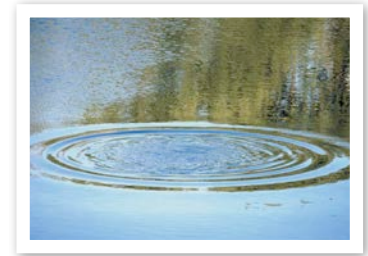
Les marches sont accessibles à toute personne en condition physique moyenne.

COÛTS

Forfait sans billet d'avion: 2965\$ CAD

* À moins de 60 jours du départ, ce coût est sujet à changement selon les tarifs de transport aérien en vigueur.

Un rabais de 50\$ sera accordé si paiement par chèque



Ce tarif comprend:

- Toutes les taxes incluant la contribution au fonds d'indemnisation de l'OPC
- les marches contemplatives guidées
- les ateliers de créativité de l'animateur invité
- des pratiques et rites de présence à soi
- le transport terrestre
- le petit déjeuner et le repas du soir
- hébergement en occupation double
- une hutte de sudation traditionnelle
- des invités spéciaux
- la navette Phoenix/Sedona/Phoenix

Ce que le tarif ne comprend pas:

- Les pourboires, dépenses personnelles, assurances voyages, bouteilles d'eau potable, repas du midi ainsi que les deux repas de la journée libre.

DÉPÔT ET SOLDE

Dépôt de 500\$ CAN + prime d'assurances s'il y a lieu lors de l'inscription.
Solde payable 60 jours avant le départ, soit le 28 décembre 2015.

PAIEMENT

Païement du dépôt et du solde sous forme de chèque ou de traite bancaire à l'ordre de Spiritours.

ANNULATION

En cas d'annulation de notre part, notamment faute du nombre de participants requis, le dépôt ainsi que le solde payé vous sera remis intégralement.

En cas d'annulation de votre part

- Jusqu'à 60 jours avant le départ : 500 \$ de pénalité **
- Moins de 60 jours avant le départ : aucun remboursement

**150\$ pourra être appliqué sur une autre activité de Ho Rites de Passage au Québec ou en Arizona avant décembre 2016.

POUR INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

514-990-0319

www.horites.com

En collaboration avec Spiritours



Détenteur d'un permis du Québec

Ce document a été produit par Ho Rites de passage qui en détient la propriété exclusive.
Toute reproduction ou utilisation est interdite sans le consentement écrit de HO Rites de passage.