



Vers la Source

Beauté – Sentir - Nature

du 16 au 19 Juillet 2014

animé par Jean Marie de Crozals et Alain Désir

remonter la rivière jusqu'à la source,
se désaltérer,
descendre la rivière

Parc Régional Naturel du Haut Languedoc

La Cabroulasse et alentour, à 950 m d'altitude, dans un territoire sauvage et préservé

Ces journées sont une forme de quête personnelle, en immersion naturelle.

Marche silencieuse, méditation Wu Ji , lecture de poèmes tantriques, atelier d'écriture sur la poésie tantrique, cercles de rêves et de tambours, souffle et voix, contact rencontre avec les éléments.

Dates : du jeudi 17 Juillet à 9h30 au samedi 19 Juillet à 17h30. *Accueil mercredi 16 Juillet à partir de 17h00.*

Hébergement simple sur place en chambre ou tente.

Préparation des repas en commun ; participation de chacun à l'alimentation de l'épicerie : chacun apporte une base alimentaire pour son séjour, qui sera partagée. Frais d'animation : 220 €

Prévoir des chaussures de marche, un petit sac à dos, une gourde et une lampe de poche. Apportez votre tambour.

Jean Marie de Crozals écrivain, poète, passeur de poèmes, (depuis 45 ans) pratiquant du tao, tai ji, qi gong (depuis plus de 20 ans)

Alain Désir musicien et musicothérapeute, animateur de cercles de tambours et soins, cercles de rêves.

[Alain Désir alain.desir@free.fr](mailto:alain.desir@free.fr) renseignements concernant le stage, inscriptions

06 83 20 75 94 <http://www.cercles-de-tambours.com/>

Jean-Marie de Crozals jm2crozals@orange.fr renseignements concernant le stage et l'hébergement, inscriptions

07 87 05 33 68 / 04 67 97 78 27

