

## SEMINAIRE INTENSIF « QUI SUIS-JE ? »

du samedi 1<sup>er</sup> au samedi 8 février 2025

### Campement dans les dunes – Grand Erg Oriental – Tunisie

avec Nathalie Dantoing

La première fois que j'ai voyagé dans ce désert ça a été pour moi une révélation. Je me suis sentie libre et vraie dans mon Unicité tout en faisant partie d'un tout et du Tout. Il y a là une grande tolérance et un accueil du cœur pour chacun.e. Je pouvais Être dans le désert, toucher le ciel et m'ancrer profondément dans la terre douce, incroyablement accueillante et soutenante. J'étais pleinement et simplement Qui Je Suis et je sentais mon corps vivant se déposer. Un goût vrai de moi ... je retrouvais mon rythme premier et mon essentiel. C'est avec une grande joie que j'accompagne là des groupes depuis une dizaine d'années.

Cette fois, je choisis d'**offrir cet écrin** à un Séminaire Intensif « Qui Suis-Je ? » selon le schéma de Charles BERNER (3 jours). Un stage d'éveil à Soi offrant un cadre strict **permettant d'expérimenter directement la vraie nature de la Vie, de l'Autre et de Soi-même.**



Une terre inconnue, des paysages éblouissants, un silence habité, un fou-rire joyeux, des surprises simples et de moment en moment le vivant de l'instant ... sont les cadeaux que je vous invite à vivre.

### Le Séminaire Intensif



L'intensif "Qui Suis-je ?" permet une rencontre intime avec soi-même au-delà des jeux de notre intellect (apparences, croyances et limitations). Il clarifie l'esprit et invite à l'exploration intense et continue de cette question "Qui Suis-je?". La puissance transformatrice de l'Intensif apporte paix avec soi, avec ce qui est tel que c'est.

Vous serez guidés par ce processus dans un cadre rigoureux et sécurisant. L'alternance des temps de contemplation et de communication à un partenaire donne un rythme qui aide à être pleinement avec ce qui surgit pour soi et à écouter l'autre en silence et bienveillance.

Une expérience de développement personnel n'est pas nécessaire pour participer à ce séminaire. Avoir déjà participé à un séminaire intensif et/ou avoir vécu une expérience de séjour dans le désert est précieux. Un entretien téléphonique préalable à l'inscription est requis. Le Séminaire n'est pas une thérapie et ne la remplace pas.

Votre demande d'inscription est à effectuer par mail auprès de Nathalie ([nathalie.dantoing@gmail.com](mailto:nathalie.dantoing@gmail.com)).  
Tél. : 00 32 472 61 51 88 - en savoir plus [www.nathaliedantoing.be](http://www.nathaliedantoing.be) - 12 participants maximum.

### Du temps pour soi

En dehors du cadre silencieux posé pour les 3 jours de séminaire au cœur de notre semaine, nous pourrions vivre de merveilleux partages amicaux avec nos hôtes ... et aussi ... savourer la paix dans la solitude, écrire, méditer dans les dunes, marcher, dessiner, se nourrir des lever et coucher de soleil... aurore mauve, ciel flamboyant, crêtes bleutées...

Et tous les soirs, rendez-vous avec la lune et les étoiles autour du feu de bois...  
De **belles marches** guidées seront proposées.

« Aller immobile dans le lieu du vivant silence, ce n'est pas se mettre en apnée du monde pour y retourner ensuite en apnée de soi. Ce n'est pas se soulager du monde pour le supporter de nouveau. C'est le supporter tout de suite. L'embrasser, sans attendre.»

*Marie-Laure Choplin – Un cœur sans rempart*

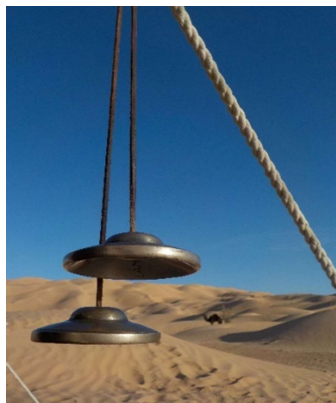
## Au fil des jours...

Le campement se situe dans un parc régional à 80 km au sud de **Douz**, au cœur des belles dunes ocre du Grand Erg Oriental. Adossé au pied du grand cordon dunaire de Ghouraf d'où l'on peut apercevoir à portée de main la colline sacrée de Tembaïn, il est proche d'un point d'eau et propice à une intense communion avec la nature. Comme une invitation à se poser, écouter, retrouver le sens du geste simple, la rencontre avec le silence, dans l'écrin du désert, favorise une démarche faite d'intériorité. Tentes nomades avec tapis, matelas, couverture. Grandes tentes pour les temps communs

**J1.** Vol sur Djerba. Selon l'heure d'arrivée, nuit en hôtel à Djerba ou transfert à Douz.

**J2.** Cap vers Douz au cœur de la région du Nefzaoua, terre de tradition nomade. Véritable gardienne du désert, cette petite ville conserve précieusement ses coutumes ancestrales.

Transfert en 4x4 à travers une vaste steppe avant d'atteindre le Grand Erg, infini moutonnement de vagues dorées, puis le campement. L'équipe du campement nous accueille avec sa gentillesse coutumière. Savourer un premier thé, s'installer puis s'émerveiller d'une première marche dans les dunes. Le sable est fin et fluide, d'un beige jaune rosé.



**J2. en soirée – Introduction au Séminaire Intensif**

**J3 à 5. Séminaire Intensif**

**J6 et J7 – Intégration - temps pour soi – belles marches** guidées, facultatives.

Le 7<sup>e</sup> jour, retour sur Douz. Derniers achats : dattes pulpeuses et gorgées de soleil, thé vert, épices colorées, puis transfert dans l'après-midi. Nuit à l'hôtel.

**J8.** Matinée de détente (selon les horaires de vol retour). Vol retour.

## Au quotidien

**Repas.** *En ville* : au restaurant. *Au campement* : petit-déjeuner classique. Le midi, salade composée ou plat chaud, dessert. Le soir, cuisine chaude locale avec soupe, plat principal, dessert. Pain de sable cuit dans les braises, un régal ! Nourriture essentiellement végétarienne. **Couchage.** 1 ou 2 nuits en hôtel en chambre double, 5 ou 6 nuits en bivouac sous tente (matelas fournis)... ou à la belle étoile pour ceux qui le souhaitent... le plus grandiose des palaces ! **Toilette...** saharienne. Bassine d'eau et lingettes. **Habillement et équipement divers.** Par respect pour nos hôtes musulmans, une tenue décente est indispensable. *Une liste détaillée des affaires à apporter vous sera envoyée avant le départ.* **Bagages.** Sac de voyage de maximum 20 kg et un petit sac à dos pour la journée.



## Prix de l'accompagnement et du Séminaire Intensif : 650 €

Lorsque l'entretien préalable à l'inscription a été fait, votre participation confirmée et que le bulletin d'inscription est reçu.

**Mode de règlement : versement sur le compte IBAN BE83 0689 4291 6415 de Nathalie DANTOING**

et préciser « 'Nom Prénom' – SI 02.25 ».

## Prix du séjour au campement avec Désert Lumière : 600 €

**Mode de règlement : en espèces à votre arrivée à Douz**

**Non compris dans le prix :** billet d'avion à destination de Djerba (merci de contacter Nathalie pour connaître les vols que vous devez réserver), assurance maladie rapatriement et assurance responsabilité civile OBLIGATOIRES, boissons au restaurant, éventuels repas de midi du 1<sup>er</sup> et du dernier jour, pourboire facultatif à l'équipe locale tunisienne.

### Formalités administratives

Pour voyager en Tunisie, il vous faut un **passport valide jusqu'à la date de votre retour**. Impératif : le nom que vous notez sur le bulletin d'inscription doit être celui inscrit sur le passeport qui sera présenté à l'aéroport. Nous vous conseillons de toujours voyager avec sur vous une photocopie de votre passeport : cela vous sera utile en cas de perte ou de vol.

### Responsabilité - Assurances

Chaque participant doit également être titulaire d'une assurance **responsabilité civile individuelle**. Pour vous protéger en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir au cours de votre séjour, il est indispensable de posséder une **garantie multirisque** couvrant à minima les frais d'assistance et de rapatriement (et annulation si vous le souhaitez).

### Pourboires

Cette pratique est enracinée dans les traditions du monde arabe, c'est un mode de fonctionnement du pays. Elle doit se faire dans le cadre d'un échange : il s'agit de montrer votre satisfaction et de remercier pour le travail fourni. Le pourboire n'est jamais un dû et jamais un salaire. A titre indicatif : environ 30 € par semaine et par participant, à répartir entre les membres de l'équipe locale (chauffeurs et personnes présentes au campement) avec l'aide de votre accompagnatrice. Vous pouvez aussi, si vous en avez l'élan, offrir quelques cadeaux (lampe frontale, opinel, vêtement...). Libre à vous !