

# Infinitude - Université du désert

Stages, retraites, ermitages, randonnées  
en Mauritanie, près de Chinguetti

Brochure générale, modalités et bulletin d'inscription sur [www.terre-du-ciel.fr](http://www.terre-du-ciel.fr)



à savoir

Départ le dimanche de Paris  
Retour le dimanche à Paris  
(horaires non encore communiqués)  
sur vols charter Point Afrique  
Paris/Atar (Mauritanie)

#### Une semaine-type

(qui pourra être légèrement modifiée selon les horaires de vol)

**dimanche** : vols Paris-Atar  
arrivée à Atar - transfert en 4x4 sur  
Chinguetti

**lundi, mardi, mercredi, jeudi,  
vendredi**

randonnéée chamelière

**samedi** : retour sur Chinguetti

**dimanche** : transfert sur Atar  
- puis vol Atar/Paris.

#### Prix :

Le prix indiqué comprend :  
vol (toutes taxes comprises)  
Paris/Atar aller et retour sur charter  
Point-Afrique + la randonnée en  
pension complète  
+ enseignement indiqué.

Il ne comprend pas :

visa (10 €), assurances, pourboires  
(environ 20 €),  
les boissons (hors randonnée),  
les options et les frais personnels.

**Passeport** en cours de validité  
jusqu'à la fin de votre séjour.

Le **visa** se prend à l'arrivée à Atar.

Randonnée chamelière  
avec enseignement

du 7 au 14 février 2010

## Marche et méditation

avec

### Nadège Amar



*Nadège Amar pratique la méditation depuis 30 ans. Elle a accompagné le travail de son mari, Yvan Amar, pendant 21 ans. Disciple de Chandra Swami, c'est à sa demande qu'elle témoigne et partage son expérience.*

“ Pratiquer consciemment la marche est probablement l'acte la plus régénératoire, la pratique corporelle la plus aboutie qui soit. ” *Yvan Amar*

Le désert est beau, vaste et nous invite par son silence. C'est un lieu privilégié. La marche devient contemplative, la beauté appelle notre profondeur. C'est un temps fort dans notre vie spirituelle, nous restons dans le mouvement de la vie par le partage avec l'autre qui est une source d'enrichissement et de grâce. Nous pratiquerons des assises silencieuses, des méditations guidées et la marche au rythme du jour.

“ Quiconque devient conscient du corps devient conscient des rythmes par lesquels il vit ; et ces rythmes, il les tire de l'univers dans lequel il baigne, et qui est vivant. Ces grands rythmes-là, ces grands commandements, sont les lignes directrices de la vie, conductrices de notre comportement quotidien. ” *Yvan Amar*

**Prix par personne : 1 050 €**  
+ 50 € si groupe inférieur  
à 10 personnes



*Il n'y a pas de meilleur pédagogue que la vie au désert, qui fait table rase de tout l'encombrement dont l'homme est envahi. Il lui apprend le vide, la vacuité, voire la stérilité qui le laboure pour les semences.*

Marie-Madeleine Davy