

AOÛT - SEPTEMBRE - OCTOBRE 2017

NUMÉRO

06

# Naturelles

BIEN SE NOURRIR - BIEN SE SOIGNER - BIEN-ÊTRE

## ENQUÊTE

Le soja,  
ami ou ennemi ?

BONUS  
REGION(S)  
*Nos cahiers  
Pays de Savoie  
et PACA*

## BIEN SE NOURRIR

Les innombrables  
vertus du curcuma

## CONSEILS

Des méthodes  
naturelles pour  
se débarrasser  
des insomnies

## BIEN-ÊTRE

3 pratiques santé  
à la portée de tous

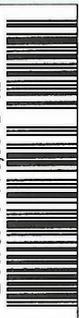
RENTRÉE  
ANTISTRESS  
NOS REMÈDES  
AU NATUREL

## SOINS

*Nos remèdes au naturel*

BEL/LUX : 6,80€ - CH : 11,10 FS

L 11767 - 6 - F. 6,50 € - RD



## VOYAGE

## Départ en quête de spiritualité



BENOIT GILLARDEAU

Des marches méditatives aux rites initiatiques, en passant par des rencontres avec les shamans les plus respectés au monde, de plus en plus de touristes cherchent chaque année à s'élever en conscience pendant leurs vacances.

Décryptage du phénomène avec Eric Grange, fondateur d'Oasis voyages, la première agence française spécialisée dans les voyages initiatiques

RECUEILLIS PAR GAËLLE MARTINA



Eric Grange, pionnier, expert et leader du voyage initiatique en France depuis 2007 et lauréat du Trophée du Nouvel entrepreneur du Voyage.

**Naturelles : Comment est née l'idée d'Oasis Voyages ? Quelles évolutions l'agence a-t-elle connue ?**

**E.G.** De tout temps, j'ai été attiré par les merveilles de la planète, et également par les dimensions intérieures de l'être. J'ai vécu deux étapes importantes dans ma vie. D'une part, jeune, je me suis passionné par la lecture de livres de psychologies. Puis à l'âge de 27 ans, j'ai participé à mon premier stage de développement personnel qui a été une révélation pour moi. J'ai voulu aller plus loin dans mon processus d'éveil personnel, relationnel et spirituel. J'ai donc participé à de nombreux séminaires, formations, et je me suis impliqué dans un cursus psychothérapeutique.

D'autre part, très tôt, j'ai eu l'opportunité de voyager au point qu'en 1998 j'ai décidé de rejoindre le voyageur TUI comme accompagnateur de voyages puis coordinateur des accompagnateurs ensuite. J'ai alors eu le bonheur de voyager dans les plus beaux paysages du monde, et de m'émerveiller devant la splendeur de lieux sacrés.

En 2007, lassé de constater que les activités d'éveil de conscience en France se déroulaient quasiment toutes entre quatre murs, alors que notre planète offre un terrain d'exploration extraordinaire. J'ai décidé de faire tomber les murs pour aller au-devant du monde et de sa grandeur.

Investi de ce profond sentiment, j'ai créé la première agence de voyages initiatiques, 100% spécialisée, et que j'ai appelé « Oasis Voyages - Expériences en conscience ». En 2007, j'ai organisé 2 groupes ! Aujourd'hui, ce sont plus de 150 groupes annuels faisant voyager 2500 personnes qui partent en voyages initiatiques.

### **Naturelles : Comment expliquer l'intérêt croissant pour cette façon de voyager ?**

**E.G.** Les crises de notre monde extérieur, reliées à celles de notre monde intérieur, réveillent le désir, souvent le besoin, de s'offrir un temps pour soi, comme le cadeau d'un temps privilégié :

- Celui où nous allons nous nourrir de l'émerveillement des splendeurs de notre planète et d'un accompagnement bienfaisant éveillé de conscience pour faire en sorte de revenir grandi !
- Les statistiques de la WTO (World Tourism Organisation) montrent que nous sommes en train de renommer les fameux 3S du tourisme : ce n'est plus « Sea, Sex and Sun » mais « Spirituality, Serenity Sustainability ».

### **Naturelles : Que proposez-vous exactement comme expériences ?**

**E.G.** Nos voyages se déroulent sur des lieux sacrés et sont accompagnés par des personnalités reconnues transmettant une sagesse. Par exemple, à Bali, nous emmenons nos participants au temple de TirtaGangga pour s'immerger dans les eaux sacrées issues du grand volcan Agung, en récitant des mantras (syllabes ou phrase sacrée dotée d'un pouvoir spirituel selon les traditions bouddhistes et hindouistes). Puis ceux-ci reçoivent une bénédiction, sous forme de dispersion d'eau bénite, de la part du grand prêtre, afin que leurs vœux se réalisent.

Au Pérou, nous allons contempler le lever du soleil au Machu Picchu, et notre chamane local nous guide dans une « initiation solaire » : Debout, en tenue blanche, nous attendons que le premier rayon de soleil caresse nos cheveux, puis notre front, notre nez, etc jusqu'aux pieds. Ceci est un rituel

ancestral chamanique que nous vivons en conscience. Certains s'inscrivent sur ce voyage uniquement pour cette expérience-là !

### **Naturelles : Pourquoi choisir un séjour de groupe pour un voyage spirituel et donc très personnel ?**

**E.G.** Parce que le groupe donne une puissance à l'expérience en créant une synergie collective et stimulatrice. Le fait que les autres personnes qui voyagent avec moi participent aux mêmes rituels alimente une zone d'échange, de partages, de témoignages qui rendent plus claire, précise et consciente mon expérience. Un groupe permet des moments d'exception comme la privatisation de la grande pyramide de Kheops (Égypte), du temple de Borobudur (Indonésie), et l'accès matinal privilégié au Machu Picchu (Pérou).

### **Naturelles : A quel type de voyageurs vous adressez-vous ?**

**E.G.** A toute personne qui souhaite évoluer. Se sentir mieux dans sa peau, mener une vie plus proche de ses valeurs. En résumé, à toute personne en démarche consciente et voulant « mieux vivre ». Concrètement, notre groupe attire des individuels majoritairement, mais parfois des couples et même des familles. Si les quadra-quinqua sont majoritaires, il y a aussi des plus jeunes et des seniors. Le voyage spirituel n'a plus de type défini de voyageur.

### **Naturelles : Le tourisme spirituel tel que vous le concevez incite-t-il les populations locales à s'investir dans l'aventure au niveau local ?**

**E.G.** Oui et non. Certains pays comme la Mongolie ont curieusement vu leur nombre

de chamans considérablement augmenter ces dernières années, répondant à une demande croissante d'occidentaux pour le chamanisme. L'une de nos compétences est justement de sélectionner les authentiques personnalités spirituelles porteuses d'une tradition, en se tenant à l'écart des opportunistes.

### **Naturelles : Quelles seront vos prochaines destinations proposées ?**

**E.G.** Nous sommes ravis, après des mois de préparation et de repérage, de présenter notre premier voyage au Japon. Cette expérience que nous avons joliment nommée « la félicité de l'instant » sera accompagnée par Minako KOMATSU, une japonaise vivant à Paris et enseignante du Kundalini Yoga.

Nos participants iront ressentir les puissantes énergies du Mont Shigi et du Mont Koya, montagnes les plus vibrantes et sacrées du Japon. Au près de moines, ils seront invités à pratiquer des prières, rituels de purification et pratiques monastiques. Ils plongeront aussi au cœur de sanctuaires séculaires de tradition bouddhiste et shintoïste, et de lieux naturels privilégiés, dont le Onsen « source chaude volcanique », bain thermal chaud japonais, aux propriétés thérapeutiques. Ce voyage se déroulera en hébergement traditionnel : ryokan (auberge traditionnelle), shukubo (chez les moines) ou minshuku (chambre d'hôte), permettant de laisser infuser en soi cet équilibre naturel et faire rayonner notre conscience compassionnelle. Une expérience unique au pays du soleil levant. Ce voyage se vivra du 8 au 19 Mai 2018. •