

# Mayas, les Gardiens du Temps

*Découvrez l'art de vivre et la sagesse ancestrale du Mexique*

Enseignements  
Holistiques

Sites Sacrés

Cérémonies  
et Rituels

23 au 30 octobre 2025

-50 euros  
avant le 30/04

8<sup>ème</sup> édition

Un séjour proposé par  
Bartolomé Cerlom

Séjours en  
communautés  
Maya et Lacandon

## Présentation – Esprit du voyage

Bienvenue à cette 8<sup>ème</sup> édition, une expérience authentique et qui changera radicalement votre vision du monde.

Durant ces 8 jours, vous pourrez vous immerger dans la culture et les traditions mayas, dans une communauté qui a su garder ses valeurs spirituelles et de partage : cérémonies chamaniques, initiations, sites précolombiens, méditations, soins en groupes et individuels, et mille autres moments forts ponctueront ce voyage. Il y aura également des temps de communion avec la nature et la mer, de repos et de temps libre.

Connectez-vous aux racines ancestrales et à la sagesse de la Nature, et reconnaissez une sensation de paix intérieure et d'harmonie.

La spiritualité se vivra de façon fluide, joyeuse et ancrée dans la vie réelle, chaque instant étant un nouveau départ, chaque jour le premier du reste de votre vie. Alors prenez ce temps qui vous est offert pour rayonner votre vie pleinement et en conscience.

Il vous est proposé de prolonger le séjour en prenant le train maya jusqu'à la ville de Palenque, un centre spirituel fabuleux. Et de là, nous pourrions aller pour un séjour dans la communauté Lacandon de Naha : au cœur de la forêt, nous ressentirons leur énergie calme et apaisante, et pourrions prendre la mesure de leur héritage spirituel : tout cela est proposé en option, ajoutant 5 jours au séjour.

## Programme

Comme expliqué auparavant, de nombreuses plages de temps libre permettront de vivre des moments avec fluidité et selon ce qui se présentera.

**Mardi 21 ou mercredi 22** : Arrivée à l'aéroport de Cancun, prise en charge et première nuit en hôtel

**Jeudi 23** : Début du séjour à Tulum, visite du site, cérémonie d'ouverture.

**Vendredi 24** : Excursion à la cité maya de Coba, baignade en cenote.

**Samedi 26 au jeudi 30** : Séjour à la **communauté Maya de Ek Balam** :

- Visite du site archéologique et cérémonie.
- Temazcal (hutte de sudation) avec un temazcalero local.
- Cérémonies dans des lieux dédiés, diurnes ou nocturnes, avec les chamanes locaux.
- Initiation aux danses précolombiennes.
- Consultations individuelles sur demande avec le chamane local.
- Cenotes locaux : ce sont des grottes ou dépressions d'eau douce, lieux sacrés de détente et de vie.
- Divers ateliers traditionnels avec les habitantes du village (confection de tortillas, fabrication de hamacs, confection d'habits traditionnels, ...).
- Visite des champs et découverte des plantes médicinales locales.
- Excursion sur le site de Chichen itza (si vous le souhaitez, ce sera à discuter ensemble).
- Mille autres choses ...

Si vous souhaitez prolonger, il vous est proposé :

**Jeudi 30** (ou samedi 1er ou dimanche 2 pour profiter du Dia de Muertos à Valladolid, à voir ensemble) : départ en train maya pour la ville de Palenque et installation

**Vendredi 31** : visite du site de Palenque, la Ville Rouge d'apprentissage et de connaissance de tout le Mexique, et au-delà.

**Samedi 1er** : départ pour la proche communauté Lacandon de Naha et installation.

**Dimanche 2** : séjour dans la communauté, visite de la cité Maya de Bonampak et de ses fresques uniques.

**Lundi 3** : fin du séjour, retour par le train maya ou possibilité de rester encore sur place

Le séjour prendra fin le jeudi 30 au matin, vous serez libres de rester plus longtemps, de repartir directement ou de participer à la deuxième partie du séjour. Je vous proposerai d'autres lieux selon ce que vous souhaitez découvrir.

Les déplacements se feront avec le réseau local de bus de très bonne qualité et des taxis, nous vous récupérerons à l'aéroport et gérerons avec vous l'hébergement en attendant tous les participant.e.s afin de commencer le jeudi 23 à Tulum.

## **Organisation – Questions pratiques**

Je vous donnerai les sites pour chercher les billets d'avion, vous pouvez compter de

500 à 1000 euros aller-retour pour Cancun à partir de n'importe quel aéroport. Tout dépend de la période de réservation, beaucoup du lieu de départ et du nombre d'escales (direct, 1 ou 2), d'où l'intérêt de regarder souvent. Les réservations sont très faciles, il faudra juste veiller à avoir un passeport en règle, et l'ESTA si vous passez par les USA (il coûte 20 euros sur le site américain officiel). Idem pour le Canada. Je vous aiderai à réserver le billet d'avion si vous le souhaitez.

Les hébergements seront en bungalow dans la communauté Maya de Ek Balam, plus rustiques et proches du mode de vie local. Idem pour Naha, en hôtel plus confortable à Palenque et Tulum.

Les repas seront pris dans des restaurants ou autres, vous serez ainsi libres d'adapter à votre budget. Par contre les repas à Ek Balam sont à la communauté (sauf sortie à la journée), végétariens sur demande. Idem pour Naha.

### **Esprit de l'accompagnement**

Le thème étant le temps (les Mayas utilisaient jusqu'à 17 calendriers réguliers), sa gestion sera différente de ce qu'elle est en France, ce qui devrait fortement vous dépayser mais ne peut que faire le plus grand bien. Nous allons certes dans un pays différent, mais surtout dans un mode de vie différent qui vous donnera une autre référence, plus respectueuses de notre nature.

Nous organiserons également des méditations dans des lieux de pouvoir (anciennes villes mayas, grottes, cenotes,...) et des cercles de parole et d'enseignement.

A cela s'ajouteront des cérémonies (lever du Soleil, connexion aux éléments,...) selon le lieu et le moment.

### **Participation**

L'accompagnement pour toute la durée du voyage est de 700 euros, un premier virement de 350 euros sera fait à l'inscription.

N'étant pas une agence de voyage officielle, le reste sera dissocié et réglé en partie par avance et en partie sur place. Je vous donnerai le calendrier détaillé, ce qui vous permettra d'étaler les paiements. Cette partie se décompose comme suit :

- **Hôtels :** Tulum (3 nuits) : 60 euros les 3 nuits. Supplément pour une chambre séparée.
- **Ek Balam :** 5 nuits plus repas : 170 euros
- **Repas :** à Tulum, 30 à 80 euros
- **Déplacements bus et taxis :** 120 à 150 euros.
- **Visites et animations :** 200 à 250 euros.

On obtient un total de 1110 à 1240 euros environ, **accompagnement inclus**. Cela ne

comprend pas les extras (boissons, restaurants supplémentaires, souvenirs, soins individuels avec les chamans locaux, jours supplémentaires, ...).

Le billet d'avion étant entre 600 et 900 euros dans la majorité des cas, la fourchette au plus juste est de 1700 et 2150 euros environ.

Attention, si vous atterrissez à Cancun, il y a des frais de déplacement jusqu'à Tulum, voir même un hébergement sur place si vous arrivez le mardi 21 par exemple. Je vous accueillerai de toute façon à l'aéroport de Cancun.

*Notez qu'une remise de 50 euros est offerte pour toute inscription avant le 30 avril 2025. De même si vous parrainez une autre personne, cumulable avec la première.*

### **Participation pour la partie supplémentaire**

Si vous souhaitez prolonger à Palenque et à la communauté Lacandon, le supplément sera le suivant :

- **Hébergement et nourriture** : 4 nuits, 80 à 120 euros. Repas : 50 à 120 euros.
- **Déplacement train aller-retour** : 300 euros
- **Déplacements bus et taxis** : 80 à 100 euros.
- **Visites et animations** : 80 à 150 euros.

Le montant de l'accompagnement dépend du nombre de participants : pour 4 personnes, 550 euros, et 50 euros de moins par participant.e supplémentaire (c'est à dire 350 pour 8 personnes).

Cela donne un total de 960 à 1340 euros environ, **accompagnement inclus**. Ce montant sera affiné très prochainement.

Merci de me contacter par mail ( [loupleu11@yahoo.fr](mailto:loupleu11@yahoo.fr) ), messenger ( Bartolomé Cerlom) ou téléphone (06 29 16 32 66) si vous êtes intéressé.e ou souhaitez des précisions.

**Site** : [www.enseignementsholistiques.com](http://www.enseignementsholistiques.com)

**Facebook** : Enseignements Holistiques

In lak eech, a lak een (nous sommes parents, salutation maya)

