



## La Maison de l'Être avec la Marche Contée

**La nature a quelque chose à nous dire, écoutons-la !**

*A pas « contés »,  
à l'écoute de soi, de la nature et de son environnement,  
au rythme du temps et des saisons,  
en résonance avec nos sens,  
dans l'instant présent,  
la Marche Contée est un véritable "compte de faits".*

*« Je marche donc je suis. »*

*« Je marche donc je crée. »*

Sous le label des "Maisons de l'Être mises en œuvre par Jean Pascal Debailleul, Annette Ladon nous invite à vivre une aventure introspective, guidée par les contes et la marche afin d'éveiller notre Être.



## A Tourcoing, les marches du Printemps et de l'Automne

### **Les marches du Printemps**

- 1) **L'appel à l'Être** avec le conte : "Le corbeau" le Dimanche 20 mars 2022
- 2) **Le génie de l'Être** avec le conte du "Petit chaperon rouge" le Dimanche 24 avril 2022
- 3) **Le langage de l'Être** avec le conte "Le Serpent blanc" le Dimanche 15 mai 2022

### **Les marches de l'Automne**

- 1) **La confiance de l'Être** avec le conte "Les trois plumes" le Dimanche 25 septembre 2022
- 2) **La création de l'Être** avec le conte "La fanfare de Brême" le Dimanche 23 octobre 2022
- 3) **Le rayonnement de l'Être** avec le conte "Le vaillant petit tailleur" le Dimanche 27 novembre 2022

**Tous les mois du printemps et de l'automne, Annette vous accueille autour de 6 voyages d'une journée en 4 temps (Voyage dans le conte, Voyage dans la Marche, Voyage dans les témoignages numineux de moments d'Être, Voyage dans l'atelier de votre Créativité)**

## A Tourcoing, deux cycles de 2 jours au Printemps et à l'Automne

-Le week- end de Pâques 2022 : samedi 16, dimanche 17 Avril 2022

-Le week- end de la Toussaint 2022 : samedi 29, dimanche 30 octobre,

**Accueillis dans un gîte au sein d'un Parc dans les environs de Tourcoing, Annette vous accueille autour de 2 cycles de 3 journées de voyages contés, de témoignages numineux, de marches en conscience dédiés à la création d'une œuvre unique et récapitulative de votre cheminement et de votre génie créateur.**

## PROGRAMME

### A Tourcoing, les marches du Printemps et de l'Automne

Dimanche 20 mars 2022 - Dimanche 24 avril 2022 - Dimanche 15 mai 2022

Dimanche 25 septembre 2022 – Dimanche 23 octobre 2022 – Dimanche 27 novembre 2022

**Tous les mois du printemps et de l'automne, Annette vous accueille autour de 6 voyages d'une journée en 4 temps (un Voyage dans le conte, un Voyage dans la Marche, un Voyage dans les témoignages numineux de moments d'Être, un Voyage dans l'atelier de votre Créativité).**

#### **L'appel de l'Être – La marche de l'Eveil du Printemps : Dimanche 20 mars 2022**

Un voyage pour oser commencer l'aventure de l'Être

##### **1. Le Conte : « Le corbeau »**

##### **L'éveil pour libérer notre être, affirmer notre Être...**

Après avoir reçu le conte en amont qui aura commencé son voyage dans nos têtes et nos cœurs, la journée débutera par la relecture en conscience du conte du Corbeau.

*Quelles résonances ce conte révèlent en nous ? Quelles inspirations ?*

Annette vous communiquera également un exemple de moment précieux d'appel de l'Être, sans que cela ne soit ni un modèle ni un exemple mais juste un moment de vie offert en partage. Le cœur et l'objet même des Maisons d'Être résident dans l'éveil et le partage de ces témoignages d'Être.

Une pause en conscience ouvrira ensuite la formulation par écrit de « sa question d'Être », une question individuelle ou collective.

##### **2. La marche :**

Après une « mise en jambe » pour se mettre en état de marche consciente (petite préparation physique avec exercices de lâcher prise, de respiration), et aidés de consignes pour s'imprégner de la conscience de ses pieds et du cheminement, la marche silencieuse pourra alors commencer.

Dans un premier temps, le cheminant cherchera à matérialiser sa question par un objet, caillou, feuille, branche... que la promenade saura offrir. Puis, la marche sera segmentée en 5 parties où les 5 sens seront mis à l'épreuve, mémorisés par une photo, un croquis, un enregistrement, une prise de note:

- La marche des besoins : *De quoi ai-je besoin pour.... ?*
- La marche des obstacles : *Quels sont les obstacles sur mon chemin intime d'Être ?*
- La marche des ressources : *Sur quelles ressources puis-je compter ?*

Deux autres étapes permettent de cheminer accompagnées d'un participant désigné de façon aléatoire qui aura une mission d'écoute et indiquera un oracle au cours de :

- La marche de l'idée de génie : *Comment accéder à l'inspiration?*
- La marche de l'engagement : *Quel engagement, je suis prêt(e) à formuler ?*

La marche se terminera par la rédaction de la phrase d'engagement telle que :

***« Moi qui suis dans le besoin de...  
confronté(e) à ...  
mais fort(e) de...  
je suis inspiré(e) par...  
et je m'engage à ... »***

Une création inspirée par la marche et le conte, leurs résonnances et les trésors trouvés sur le chemin pourra intervenir de façon un peu automatique en fonction des marches .

### **3. Témoignages à l'issue du conte, de la marche et de la formule d'engagement**

Le conte et la marche, la mise en confiance des uns par rapport aux autres, la bienveillance de la Nature et de nos inspirations pourront alors nous conduire à révéler un témoignage de moment numineux d'appel de l'Être. Un de ces moments magiques, précieux, intimes de nos vies qui aura été éveillé ou mis en écho pendant les heures précédentes.

### **4. Espace de Création en atelier : mettre en scène la marche pour affirmer son appel d'Être dans une création.**

Avec la force et l'inspiration des contes, marches et témoignages, l'atelier de Création pourra alors s'organiser.

A partir des photos imprimées, croquis, sons, récits, témoignages, chacun pourra construire son œuvre d'Être sous la guidance d'Annette. Une œuvre unique et troublante révélatrice de notre potentiel créateur qui pourrait se traduire sous la forme de "Il était une fois..."

Cette technique offerte pendant plusieurs années à des marcheurs anonymes, artistes, employés, créateurs d'entreprise, personnes en reconversion professionnelle aboutit à la création d'une œuvre support pour aider à exprimer son Être.

## **Le génie de l'Être - La marche du Printemps : Dimanche 24 avril 2022**

Un voyage pour faire émerger son génie d'Être

Ce deuxième voyage se décomposera comme la première journée en 5 temps avec des techniques supports qui pourront venir s'ajouter au travail de Création, comme par exemple les exercices d'écriture : « *Continuez l'histoire* », « *Quelle serait votre histoire à la lumière de votre Être ?* »

### **1. Le Conte : « Le petit chaperon rouge »**

**Oser les chemins de traverse, là où l'innocence fait émerger notre génie d'Être.**

Être sur le chemin et hors du chemin en double attention, rencontrer le loup et ouvrir nos yeux, nos oreilles et avancer avec attention en gardant la vigilance du chasseur qui permettra de révéler une nouvelle connaissance de l'Être.

### **2. La Marche**

Sur les pas du Chaperon rouge et à la rencontre du Loup, nous collectionnerons nos images de nos besoins, de nos obstacles, ouvrir nos portes de nos ressources, de nos idées de génie et formulerons d'engagement pour s'ancrer dans son génie d'Être

### **3. Partage de témoignages**

Le conte et la marche, la mise en confiance des uns par rapport aux autres, la bienveillance de la Nature et de nos inspirations pourront alors nous conduire à révéler un témoignage de moment numineux de son génie d'Être. Un de ces moments magiques, précieux, intimes de nos vies qui aura été éveillé.

### **4. L'atelier de Création : "La traversée de la forêt" "La gestation de la création"**

## **Le langage de l'Être au cœur du printemps : Dimanche 15 mai 2022**

Un voyage pour se familiariser avec le langage des animaux et de la nature

### **1. Le conte : « Le serpent blanc »**

Suite à la lecture du conte, les participants échangent sur les résonances du conte. Celui-ci nous invite à ouvrir la "terrine" pour acquérir une vision autre de nos rencontres sur le chemin de nos vies?

Quel est le don qui nous habite?

### **2. La marche**

Être à l'écoute de la nature pour suivre le fil conducteur de l'Être et éveiller nos sens, dans l'attention au monde vivant.

Au cœur du Printemps, les animaux, les insectes, les oiseaux auront des choses à nous dire. Une marche en attention portée au langage de l'Être et de la Nature, nous saurons trouver une réponse à nos questions sur le langage de l'Être à travers le recueil de nos besoins, la spécificité des obstacles sur notre chemin de vie, nos ressources, notre créativité propre.

### **3. Partage de témoignages.**

Le conte et la marche, la mise en confiance des uns par rapport aux autres, la bienveillance de la Nature et de nos inspirations pourront alors nous conduire à révéler un témoignage de moment numineux d'appel de l'Être. Un de ces moments magiques, précieux, intimes de nos vies qui aura éveillé nos langages de l'Être.

### **4. L'atelier de Création : « La terrine », Mise en scène de l'Être »**

## **La Confiance de l'Être à l'arrivée de l'automne : Dimanche 25 septembre 2022**

Un voyage pour vivre en pleine confiance en son Être

### **1. Le conte : « Les trois plumes »**

**Oser faire confiance à l'inconnu, prendre le risque de ne pas savoir.**

La lecture du conte est suivie d'échanges sur la résonance du conte dans nos parcours de vie.

Rédaction du méta script : "*Continuer l'histoire*", formuler une demande au "Tout possible".

### **2. La marche de l'arrivée de l'automne.**

Qu'y a-t-il sous nos pieds ? Suivre la chute des feuilles et la direction des plumes qui nous guideront vers une destination inconnue sur le chemin des besoins, des obstacles, des ressources....

Chaque inspiration sera mémorisée par une photo, croquis ou prise de notes pris sur le chemin.

### **3. Partage des témoignages de l'Être et lecture des méta scripts**

La mise en confiance des uns par rapport aux autres, la bienveillance de la Nature et de nos inspirations pourront alors nous conduire à révéler un témoignage de moment numineux d'appel de l'Être. Un de ces moments magiques, précieux de nos vies qui aura éveillé la confiance de l'Être.

### **4. L'atelier de Création : "Le tapis" Réalisation plastique à partir des éléments trouvés sur le chemin**

## **L'aventure de la Création de l'Être : Dimanche 23 octobre 2022**

Un voyage au cœur de l'automne pour mettre en œuvre l'Être

### **1. Le conte : « La fanfare de Brême »**

Après avoir reçu le conte la semaine précédente, les participants expriment les résonances du conte en lien avec leur parcours de vie et formulent une question individuelle ou collective.

Qui est l'âne, le chien, le chat, le coq ? Quelle aventure allons-nous vivre ensemble ?  
Quel est notre rêve fou ?

### **2. La marche au cœur de l'automne**

Se mettre en route sur les chemins et éveiller notre Être à ce qui est nouveau. Observer l'environnement comme si c'était la première fois. Devenir photographe, cinéaste, musicien, metteur en scène, peintre, artisan, chanteur, auteur, compositeur, interprète..., tout est possible. Récolter les fruits de l'automne sur la route des besoins, des obstacles, des ressources pour cueillir l'idée de génie et s'engager vers un nouveau projet.

### **3. Partage de témoignages**

Le conte et la marche, la mise en confiance des uns par rapport aux autres, la bienveillance de la Nature et de nos inspirations pourront alors nous conduire à révéler un témoignage de moment numineux d'appel de l'Être. Un de ces moments magiques, précieux, intimes de nos vies qui aura éveillé l'Être à la création.

### **4. L'atelier de création : Œuvre collective avec la récolte de l'automne**

## **Le Rayonnement de l'Être : dimanche 27 novembre 2022**

Un voyage pour préparer l'hiver qui arrive dans la Lumière de son rayonnement d'Être

### **1. Le conte : « Le vaillant petit tailleur »**

Après avoir reçu le conte la semaine précédente, les participants expriment les résonances du conte en lien avec leur parcours de vie et formulent une question individuelle ou collective afin d'éclairer nos cheminements pour les semaines et l'année à venir.

Un coup de foudre dans un ciel serein ! Quel défi sommes-nous prêts(es) à relever ?

Les oracles et leur magie seront mobilisés pour nous venir en aide !

### **2. La marche**

L'automne va commencer à laisser sa place à l'hiver, les températures semblent baisser, des épisodes de froid ont déjà eu lieu mais des éclaircies pleines de soleil persistent. Le cycle des rencontres en marche contées pour l'année 2022 se termine, il est donc temps de faire rayonner son être ! Marcher avec une devise et avancer pas à pas avec un défi à relever, des obstacles à franchir: un marathon surprise vous attend...

### **3. Partage de témoignages**

La mise en confiance des uns par rapport aux autres, la bienveillance de la Nature et de nos inspirations pourront alors nous conduire à révéler un témoignage de moment numineux d'appel de l'Être. Un de ces moments magiques, de nos vies qui aura éveillé le rayonnement de notre Être. Formuler une affirmation d'Être et son objection pour faire rayonner l'Être.

### **4. L'atelier de Création**

Création d'une œuvre collective inspirée par la ceinture brodée du petit tailleur.

## A Tourcoing, deux cycles de 2 jours au Printemps et à l'Automne en immersion et incubation

### **PROGRAMME**

Le week-end de Pâques 2022 : samedi 16, dimanche 17 avril 2022

Le week-end de la Toussaint 2022 : samedi 29 et dimanche 30 octobre 2022

Accueillis dans un gîte, Annette vous accueille autour de 2 cycles de 2 journées de voyages contés, de témoignages numineux, de marches en conscience dédiés à la création d'une œuvre unique et récapitulative de votre cheminement, de votre génie créateur.

**Le programme des rencontres mensuelles de printemps et d'automne 2022 sera ici développé et adapté au format de deux week-ends de 2 jours en groupe.**

**Un temps plus long sera consacré aux ateliers d'écriture, de croquis en conscience, de créations d'œuvre originales issues de nos inspirations d'Être.**

**Des veillées de contes avec tirages d'oracles seront aussi organisées pour stimuler notre génie Créateur et nous libérer de nos peurs et obstacles.**