

L'Arche de Noé

Kergallic

Belle-Île-en-Mer



Sessions

2024

Depuis plus de soixante ans, des milliers de personnes viennent à Kergallic, dans le cœur de Belle-Île-en-Mer, partager un temps de vie commune pour s'y ressourcer dans l'esprit du projet mis en œuvre par le frère Maurice Cocagnac (1924-2006), religieux catholique dominicain : l'accueil de chacun dans son chemin de vie. La beauté, l'art et la comédie, la musique et le chant, les inspirations venues d'orient, la réflexion biblique et théologique, la bienveillance, la vie liturgique et l'ascèse, la fête et la joie y ont leur place.

Dans un cadre simple et familial, le « village » offre le « luxe » d'un confort limité au nécessaire et à l'absence de superflu dans un cadre exceptionnel : celui d'un hameau bellilois de trois maisons paysannes et de leurs dépendances, dans leur jus originel, au creux d'un vallon isolé, à 20 mn des plages et du chemin côtier.



Dès l'arrivée, on succombe à l'atmosphère qui s'en dégage. Entre le puits pour les hommes et le puits pour les bêtes, on se croise sur « la place du village » qui s'anime au rythme du soleil se levant au-dessus du bois du bas du vallon et se couchant dans celui du haut, illuminant sur son passage la longère principale.

Tout est une invitation au silence, au retrait, à la profondeur, à la créativité et à l'expérience de la vie intérieure au sein d'une vie commune d'une vingtaine de personnes.

Les sessions proposées ci-dessous, **du 16 juin au 14 septembre 2024**, ont lieu du dimanche après-midi au samedi midi sous la responsabilité de leur(s) animateur(s).

Hébergement, tarifs, inscriptions :

- ✓ prendre contact avec l'animateur ou l'organisateur indiqués ci-dessous ;
- ✓ voir le règlement joint, ou sur le site <http://kergallic.org>

✓ **Dim. 16 au sam. 22 juin 2024**

Belle Ile en Mer,
Itinéraire Ressource

Marche qi gong et contemplation

Avec Marie-Christine Hamon

Au cœur de la nature

Quelque chose qui nous rassemble

Attentif à soi-même

Se laisser traverser par le souffle

Apaisé de toute intranquillité

Entre Ciel et Terre

Face à l'océan

Là, où traversé par le sentiment océanique

N'être qu'Écoute

Les journées harmonieusement rythmées entre temps d'activités et temps de repos participent activement au ressourcement et à l'épanouissement de chacun.

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Marie-Christine Hamon** : 06 75 92 62 43



✓ **Dim. 23 au mer. 26 juin 2024**

Se rassembler comme fraternité

Fraternité laïque dominicaine

Avec Odile Charvet, laïque dominicaine



✓ **Jeu. 27 juin au mer. 3 juillet 2024**

Métamorphoses

Avec Louise de Ravinel, écriture
Bernadette Onfroy, voix, mouvement
Danielle Hamel, cuisine créative

Depuis le fond des âges et jusqu'à aujourd'hui, on trouve partout dans la littérature des métamorphoses. Qu'elles soient humaines, animales, végétales, qu'elles soient des ruses, des sorts ou d'heureuses transfigurations, des passages ou des mues durables – ces transformations irriguent notre imaginaire, depuis Ovide jusqu'à Kafka, et continuent d'habiter la littérature et la poésie contemporaines.

Merveilleuses ou bien réelles, divines ou humaines, nous explorerons les métamorphoses par l'écriture, l'invention et la transmission par la voix et le corps, comme autant de vies possibles.

Viendront nous visiter sur l'île, entre autres, Cécile Coulon, Marie Desplechin, Hermann Hesse, Homère, Franz Kafka, Dany Laferrière, Maria Pourchet, Marcel Proust, Pascal Quignard, Ovide...

L'atelier alterne les temps d'écriture et de mise en voix. Une plage de méditation est proposée chaque matin.

Renseignements et inscriptions

Attention aux dates : le stage commence par une arrivée le jeudi 27 juin dans l'après-midi et se termine le mercredi 3 juillet à 14h.

Frais de séjour et d'animation : environ 550-580 € (en fonction du nombre de participants). Voir avec les organisatrices pour des aménagements financiers.

Contacts :

Bernadette Onfroy : onfroy.bernadette@gmail.com 06 83 13 33 70

Louise de Ravinel : louisederavinel@gmail.com 06 16 82 64 31



✓ **Jeu. 4 au sam. 13 juillet 2024**

Maison du 60

Avec Benoît Ente, frère dominicain



✓ **Dim. 14 au sam. 20 juillet 2024**

Session de méditation dans l'esprit du zen

« **Surpris par la joie** »

Avec Bernard Durel, frère dominicain

Durant ces cinq jours nous pratiquerons l'assise dans l'esprit du zen durant deux heures à trois heures par jour. Au début de la session une initiation à la méditation sera proposée.

L'enseignement portera sur le thème « Surpris par la joie ! ».

Pratique de l'assise, samu, enseignement, marche, baignade, découverte de l'île, repos, célébration rythmeront nos journées.

Renseignements et inscriptions

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Jean-Jacques Genevaux** : 06 15 99 02 79



✓ **Dim. 21 au sam. 27 juillet 2024**

Chemins simples de transformation intérieure

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain

Alors que tout s'accélère et que se développe l'inquiétude quant à l'avenir, s'autoriser à prendre le temps de ralentir et de s'arrêter au cœur d'un hameau authentique, rustique et sobre de Belle-Île-en-Mer, en formant une petite communauté temporaire.

Nous découvrirons des chemins simples de transformation à la lumière des expériences chrétienne et bouddhique.

Lecture. Échanges. Méditation. Prière. Célébration.
Vie commune. Marche. Baignades. Repos.

Session ouverte à tous.

Session avec ou sans résidence au hameau de Kergallic (participation à la matinée d'échanges de 9h30 à 12h, du lundi au vendredi).

Renseignements et inscriptions

Frais de séjour et d'animation :

- Hébergement au hameau (6 nuits) : 120 €
- Frais de repas partagés entre participants
- Participation libre pour l'animation

Contact :

fr. **Thierry-Marie Courau** – compagnons.solitude@gmail.com

✓ **Dim. 28 juillet au sam. 3 août 2024**

Session pour les catéchumènes et nouveaux baptisés

Avec une équipe de frères et sœurs dominicain(e)s

Si vous êtes catéchumène ou néophyte, vous avez (surement) le désir de vivre pleinement la vie chrétienne, et c'est ce que nous vous proposons de vivre autour de 4 piliers : la prière, la vie fraternelle, le service et des enseignements pour approfondir sa foi. Une semaine à Belle-Île pour enraciner sa vie chrétienne, dans un groupe chaleureux, accompagné par une équipe de frères et sœur dominicains. N'oubliez pas votre maillot de bain...

Renseignements et inscriptions

www.jubilatio-jeunesse-dominicaine.fr

Contact : **sr Carine Michel**

jubilatio.jeunessedominicaine@gmail.com

✓ **Dim. 4 au sam. 10 août 2024**

Session ThéoDom pour étudiants et jeunes pros 18-35 ans

Avec une équipe de frères et sœurs dominicain(e)s

Quand on a entre 20 et 30 ans, l'été est l'occasion de dilemmes insolubles : se former ou partir en vacances ? donner du temps à Dieu ou passer du temps entre amis ? ThéoDom, c'est tout cela à la fois ! ThéoDom c'est approfondir sa foi dans un cadre de vacances !

Cette année, nous vous proposons une session sur le thème : « La vérité vous rendra libres »

Renseignements et inscriptions

www.jubilatio-jeunesse-dominicaine.fr

Contact : **fr. Etienne d'Ardailhon**

jubilatio.jeunessedominicaine@gmail.com

✓ **Dim. 11 au sam. 17 août 2024**

Résidence et ateliers : qi gong et taïchi, applications artistiques

Le corps chantant

Avec Jean-Marie Manet

Arts de santé millénaires, le Qi Gong et le Tai Chi Quan sont aussi les précieux alliés des disciplines artistiques. Ils ont en commun l'attention à la présence et au geste. Ce sera l'objet de nos pratiques matinales.

Le Qi Gong pour se poser dans la nature, pour donner du temps au corps et au souffle, comme lorsqu'on accorde un instrument. Le Tai Ji comme une chorégraphie rythmée par le vent. Des ateliers corps, rythme et voix seront proposés en fin d'après-midi. Le début d'après-midi est libre et les soirées laissent la place à l'inspiration.

Apportez un texte, vos pinceaux, un instrument ou simplement votre maillot de bain.

*« L'art peut faire rêver,
mais il peut aussi aider à vivre. »*
Taïeb

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

<https://labeautedugeste.net>

Frais de séjour et d'animation : 670 €

Contact : assolabeautedugeste@gmail.com

Jean-Marie Manet 06 79 85 51 81



✓ **Dim. 18 au sam. 24 août 2024**

L'Association pour l'Amitié réunit un groupe de ses membres de diverses origines géographiques pour une semaine de rencontres, de vie communautaire, d'échanges, de prière, de balades, au sein du hameau de Kergallic.

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain



✓ **Dim. 25 au sam. 31 août**

Belle Ile en Mer,
Itinéraire ressource

Marche qi gong et contemplation

Avec Marie-Christine Hamon

Entre Ciel et Terre
Face à l'océan
Là, où traversé par le sentiment
océanique
N'être qu'Écoute

Au cœur de la nature
Quelque chose qui nous rassemble
Attentif à soi-même
Se laisser traverser par le souffle
Apaisé de toute intranquillité



Les journées harmonieusement rythmées entre temps d'activités et temps de repos participent activement au ressourcement et à l'épanouissement de chacun.

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Marie-Christine Hamon** : 06 75 92 62 43

✓ **Dim. 1^{er} au sam. 7 septembre 2024**

Belle Ile en Mer

Marche et vibrations

*Avec Marie-Christine Hamon, éveiller son potentiel vital
& avec Hermine Huguenet, en voyages sonores et voix*

Sur les sentiers côtiers de Belle Ile en Mer,

Appliqués au souffle de notre marche consciente, développer l'écoute et le ressenti vibratoire de notre corps. Découvrir la force tranquille au fond de nous qui soutient la vibration et la vie. S'accorder aux éléments naturels que l'on va rencontrer lors de nos marches conscientes, se laisser traverser, caresser par le vent, les vagues, les cris d'oiseaux... entrer en dialogue grâce à notre voix mais aussi aux sons des instruments intuitifs lors des voyages sonores.

Ressentir la vraie, la profonde joie d'être en vie.

Les journées harmonieusement rythmées entre temps d'activités et temps de repos participent activement au ressourcement et à l'épanouissement de chacun.

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Marie-Christine Hamon** : 06 75 92 62 43



✓ **Dim. 8 au samedi 14 septembre 2024**

Chemins simples de transformation intérieure

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain

Alors que tout s'accélère et que se développe l'inquiétude quant à l'avenir, s'autoriser à prendre le temps de ralentir et de s'arrêter au cœur d'un hameau authentique, rustique et sobre de Belle-Île-en-Mer, en formant une petite communauté temporaire.



Nous découvrirons des chemins simples de transformation à la lumière des expériences chrétienne et bouddhique.

Lecture. Échanges.
Méditation. Prière.
Célébration.
Vie commune.
Marche. Baignades. Repos.

Session ouverte à tous.

Session avec ou sans résidence au hameau de Kergallic (participation à la matinée d'échanges de 9h30 à 12h, du lundi au vendredi).

Renseignements et inscriptions

Frais de séjour et d'animation :

- Hébergement au hameau (6 nuits) : 120 €
- Frais de repas partagés entre participants
- Participation libre pour l'animation

Contact :

fr. Thierry-Marie Courau – compagnons.solitude@gmail.com

✓ Semaines d'entraide pour prendre soin du village

Entr'aide et détente au printemps & en automne

Pour les adhérents qui ont déjà participé à des sessions d'été à Kergallic et qui apprécient le caractère unique du village, l'association organise au printemps et à l'automne des séjours d'entraide qui contribuent à l'entretien et à l'embellissement du village. Le matin : jardinage, peinture et petits bricolages ; l'après-midi : promenades et découverte de lieux.

A côté des séjours déjà programmés, d'autres possibilités peuvent s'ouvrir en mai et en septembre.

Pour toute proposition, écrire à secretariat@kergallic.org

Siège de l'association « L'Arche de Noé »

222 rue du Faubourg Saint-Honoré, 75008 Paris

kergallic.org

Lieu des sessions

Kergallic, 56360 Bangor (Belle-Île-en-Mer)

tel : 02 97 31 53 48 (l'été seulement)