

Voyage spirituel à Bali

Du 22 mai au 9 juin 2025



J1 : 22/05 Vols Genève - Bali

J2 : 23/05 Kuta

Accueil à l'aéroport Ngurah Rai de Bali et transfert à l'hôtel qui se situe à environ 30 minutes de l'aéroport. Sanu est un village côtier au bord d'une plage sur la côte sud de Bali. L'endroit offre une atmosphère relaxante, des restaurants, des activités culturelles et des activités de plage.

Acclimatation, repos, Qi Gong et partage en groupe pour faire connaissance.

Villa Oberoi kuta, lunch

J3 : 24/05 Massage et détente à Kuta



Une journée dédiée à son propre temple, pour se reposer des longues heures d'avion et du décalage horaire et se laisser choyer par des mains expertes dans l'un des spas de Kuta. Détente et relaxation avec un massage complet à l'huile et de longs mouvements sur tout le corps, en insistant sur des zones comme la nuque, le dos, les jambes et les pieds, pour favoriser la circulation et réduire les tensions accumulées.

Lunch dans l'un des restaurants de la plage, après-midi libre à la plage ou au bord de la piscine de l'hôtel. Qi Gong, méditation d'ancrage et de connexion à l'île, en début de soirée.

Villa Oberoi kuta, lunch



J4 : 25/05 Tanah Lot

Initiation aux coutumes et à la spiritualité balinaise. Direction Kediri Tabanan à 30 minutes de voiture, pour la visite du temple Tanah Lot. Prière de bienvenue et de protection pour le groupe avec l'énergie dévique de la mer. Lunch sur place.

Villa Oberoi Kuta, lunch

J5 : 26/05 Transfert à Munduk et arrêt à Jatiluh pour une ballade dans les rizières

Munduk est situé dans la montagne, il y règne un climat plus frais que sur le reste de l'île. Le trekking est le point fort de cette région car il y a une myriade de sentiers à travers les collines boisées qui mènent à des villages cachés, des cascades, des plantations de café, de clous de girofle et de cacao.

Arrêt à mi-chemin, pour visiter les étonnantes rizières en terrasses de Jatiluh Représentant parfaitement la beauté et le génie local de Bali, ce site a été inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Randonnée pour explorer les plus belles et les plus vastes rizières de Bali. Lunch avec vue sur la vallée avant de continuer vers Munduk.



Gumi Ayu Eco-Hotel, lunch, 3 heures de route

J6 : 27/05 Yoga Kundalini, cours de préparation de jamu et boreh, massage bien-être et guérison

Dans un cadre idyllique, initiation par Made, à la pratique de yoga axée sur l'éveil de l'énergie Kundalini, à l'aide de mantras, de postures de yoga et de méditation.



Cours sur la préparation de jamu et de gommage naturel (boreh). Le jamu est une boisson indonésienne médicinale naturelle, préparée à base d'ingrédients locaux et apportant beaucoup de bienfaits.

Dans l'après-midi : une heure de massage balinaise, puis 15 minutes de massage curatif par le guérisseur local, jro mangku, pour éliminer les mauvaises énergies, suivi d'un gommage du corps.

Gumi Ayu Eco-Hotel, lunch, jamu, gommage et massages

J7 : 28/05 Usada yoga (Yoga de guérison), visite des chutes d'eau de Banyumala et cours pratique des offrandes

Après la pratique du yoga et le petit-déjeuner, nous ferons une randonnée facile de deux heures et demie pour voir les plantations locales de café, de clous de girofle, de cacao, d'épices et de fruits et admirer les chutes d'eau jumelles de Banyumala où nous pourrions nous baigner dans l'eau pure et rafraîchissante. Au cours de ce trekking, découverte de petits villages à flanc de colline et aurez un aperçu de ce qu'est la vie ici en rencontrant la population locale.

Le cours sur la réalisation des offrandes, que nous suivrons l'après-midi, est un acte de gratitude envers les dieux pour l'équilibre, l'abondance et la paix dans le monde. Création des offrandes, puis le rituel se termine par une prière prononcée alors que la fumée de l'encens brûlant porte l'essence de l'offrande aux dieux.

Gumi Ayu Eco-Hotel, lunch



J8 : 29/05 Yoga du matin, traversée du lac sacré, visite de trois temples



Le matin, leçon de Yoga pour l'amour, la paix, la joie, le succès, la santé et l'exploration intérieure.

Avant de partir en canoë sur le lac jusqu'au temple, déjeuner au restaurant Terrasse du Lac, puis descente au bord du lac pour la traversée en pirogue jusqu'aux temples. Première prière au temple Mengening Wisnu au Dieu gardien, protecteur de l'univers. Ensuite, prière au temple Dalem

Tamblingan qui a été construit au 10ème siècle, ce temple est dédié à l'énergie de Shiva. Après une marche de 15 minutes, dernière prière au temple Endek, qui représente l'hindouisme et le bouddhisme, pour la guérison et les bénédictions de la richesse.

Gumi Ayu Eco-Hotel, lunch

J9 : 30/05 Transfert à Lovina, cérémonie avec Ibu Desak le soir

Lovina est une zone côtière située au nord-ouest de l'île de Bali. Après-midi partiellement libre. Préparation des consultations avec Ibu Jero et Guru Swastika

En soirée, méditation et prière Agnihotra à l'Ashram de Bunda Meta Kongco pour faire face et changer les problèmes fondamentaux. Purification et bénédiction de l'eau, guérison des chagrins et des traumatismes passés.

Villa bord de mer Lovina, lunch, 1 heure de route



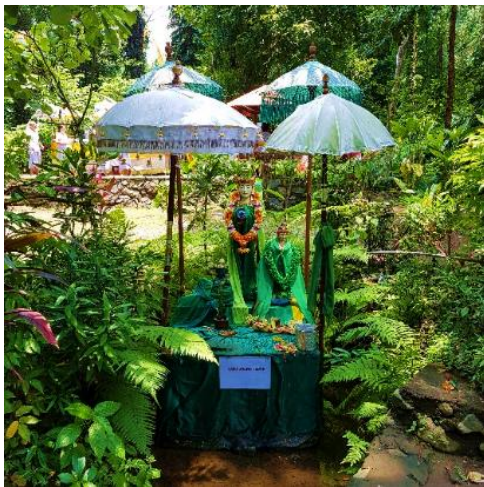
J10 : 31/05 Journée libre, massage

Possibilité de planifier une excursion de 2 heures en bateau pour admirer le lever du soleil avec l'espoir d'observer des dauphins dans leur milieu naturel ou une excursion pour faire du snorkling dans la matinée.

Massage des tendons et des nerfs par un spécialiste, Bhikkhu Ketut.

Villa bord de mer Lovina, massage, souper

J11 : 01/06 Bénédiction de Taman Sudhamala



Une expérience unique à vivre aujourd'hui, un voyage de guérison au temple Ibu Jro Taman Sudhamala à l'intérieur de la forêt du parc national Barat à l'ouest de Bali. Départ de l'hôtel dans la matinée pour se rendre directement au temple et rencontrer Ibu Jro et son assistant. Première prière, suivie de la purification de l'eau, puis d'une méditation dans le temple principal pour recevoir la bénédiction spéciale des neuf sources d'énergie de l'eau.

L'après-midi consultation individuelle à l'autel de la maison d'Ibu Jro. Canalisation de nombreuses énergies différentes pour toutes les questions liées à la vie amoureuse, au travail, aux affaires et à la famille.

Villa bord de mer Lovina, lunch et consultation, 3 heures de route aller-retour

J12 : 02/06 Visite du Brahma Vihara Arama et de la source d'eau chaude de Banjar

Brahmavihara - Arama est le plus grand monastère bouddhiste de Bali.

Promenade à travers les temples bouddhistes, dans un paysage naturel environnant enchanteur et si beau qu'il rendra mémorables les aventures dans le nord de l'île.

Relaxation du corps et de l'esprit en plongeant dans les sources d'eau chaude de Banjar.



Villa bord de mer Lovina, lunch

J13 : 03/06 Consultations et cérémonie avec Guru Swastika



Journée spirituelle intense aujourd'hui avec la consultation du chemin de vie à l'ashram shivaïte de Guru Swastika. Depuis la route principale, nous traversons les rizières et les plantations, pour être accueillis par le Guru et sa famille au belvédère. Nous faisons connaissance autour de boissons rafraîchissantes accompagnées de gâteaux traditionnels.

Chacun d'entre vous rencontre à son tour le guru pour une consultation individuelle. Une fois que tout le monde aura terminé, le guru nous convie pour assister à la bénédiction de l'eau, nous offrant l'occasion de se débarrasser des pensées négatives et des énergies indésirables. Ce rituel de guérison est réputé pour aider à se libérer des aspects néfastes de la vie, apporter de nouvelles intentions et de l'inspiration sur le chemin de vie. Au son des cloches balinaises et des chants de mantras

sanskrits, Guru invoque le Divin pour des bénédictions de santé et d'abondance. Une méditation silencieuse est partagée vers la fin pour compléter cet ancien rituel.

Ensuite, nous nous plaçons en ligne pour recevoir, chacun son tour, avec une purification profonde et un bain de fleurs près d'un puits à côté de l'autel. Cette magnifique cérémonie se clôture par une réunion dans la salle de prière du guru pour chanter des mantras sanskrits afin de prier et d'implorer l'eau bénite et des bénédictions telles que l'illumination en soi, le bonheur, la protection, la connaissance et la richesse pour le reste de la vie.



Villa bord de mer Lovina, lunch et consultation

J14 : 04/06 Transfert à Ubud, visite du temple de Sangeh et de la forêt des singes



Sur la route nous irons visiter le temple de Sangeh et la forêt des singes. C'est un endroit magnifique et les singes les plus sympathiques de l'île.

Villa Ubud, lunch, 2h30 de route

J15 : 05/06 Visite de Tirta Empul et Kintamani

Aujourd'hui visite de Tirta Empul dans la régence de Tampak Siring, en passant par Gianyar, ce qui prend environ une heure. Il s'agit d'un temple hindou balinaise composé de structures de bain, célèbre pour son eau de source sacrée et considérée comme ayant un pouvoir magique, où les hindous se rendent pour une purification rituelle. Le temple a été fondé en 962 après J.C. pendant la dynastie Warmadewa.



Nous continuons ensuite jusqu'à Kintamani pour une vue à couper le souffle sur la caldeira de Batur. Le mont Batur est un volcan actif, mais il est possible de l'escalader en toute sécurité et il fait partie de l'Unesco Geo Park et s'élève à 1717 mètres au-dessus du niveau de la mer. En déjeunant dans l'un des restaurants locaux, nous pouvons encore apprécier le panorama du volcan et du lac Batur, ainsi que de nombreuses excellentes opportunités de photos. Sur le chemin du retour à l'hôtel, nous arrêterons dans une plantation biologique d'agrowisata pour une dégustation de café et de thé.

Villa Ubud, lunch

J16 : 06/06 Cours de yoga et méditation, journée libre, shopping



Cours de yoga le matin : Yoga pour l'amour, la paix, la joie, le succès, la santé, l'exploration intérieure,

Journée libre, shopping à Ubud. Considérée comme le cœur culturel et spirituel de Bali, cette ville est aussi devenue très commerçante. Avec ses marchés, ses boutiques et ses artisans, c'est l'endroit idéal pour ramener des souvenirs et des cadeaux typiques de l'île.

Villa Ubud, lunch

J17 : 07/06 Yoga Kundakini le matin et dernière rencontre avec Guru Swastika

Dernière consultation individuelle pour faciliter l'intégration du chemin de vie personnelle, bénédiction commune des cadeaux.

Repas d'adieu avec Guru, les guides et le chauffeur.

Villa Ubud, lunch

J18 : 08/06 Transfert à l'aéroport Ngurah Rai

Transfert pour l'aéroport. Vols retour pour la Suisse. Lunch

J19 : 09/06 : Vols retour Denpasar-Genève

Arrivée à Genève dans la matinée

Prix

CHF 3'800.-, en demi-pension (petit-déjeuner + lunch ou souper) et chambre double, toutes les activités sur place et accompagnements inclus, sans les vols.

Supplément en chambre single CHF 600.-

5% du bénéfice sera offert en donation pour soutenir, une cause, une action ou des personnes dans le besoin à Bali.