



FORMATION EN PRATIQUES DE PRÉSENCE ET PRATIQUES RITUELLES

*Pour une 3e année consécutive
L'école Essentia se réjouit de venir offrir en France sa formation créée au Québec*

Depuis toujours, les différents peuples ont su conserver des espaces de sens et de profondeur, par la méditation, la prière, la ritualisation, etc. Ces espaces apportaient une nécessaire reliance à un « monde agrandi » qui permettait de se mettre au service de la collectivité, dans la vie de tous les jours. Des espaces qui manquent douloureusement à notre époque !

C'est animé.es d'une soif ardente de créer de nouvelles voies de passage - laïques sans pour autant être désacralisées - que nous avons créé la communauté de savoir et de pratique **Essentia**. Dans notre monde en pleine mutation, il nous semble incontournable de réintégrer ce que la chercheuse Florence Piron (2017) nomme avec force « l'écologie des savoirs ». Elle nous invite ainsi à sortir de l'idéologie dominante de la connaissance scientifique afin de réhabiliter les savoirs corporels, relationnels, symboliques, spirituels et tant d'autres, pour transformer nos manières de faire sens et d'habiter nos vies et nos communautés.

Cette formation est une invitation à apprendre et à créer ensemble les conditions nous permettant d'habiter ce monde avec une juste présence et à trouver la voie d'un retour à notre essence, là où nous pouvons entendre notre intuition et connaître notre part d'action juste en ce monde.

Cette formation s'adresse à toute personne ayant soif de s'initier aux pratiques de présence et aux pratiques rituelles et aussi à celles et ceux qui souhaitent intégrer ces différents savoirs dans leur sphère professionnelle.



DÉTAILS et MODALITÉS

Cette formation s'échelonne sur **9 mois** et se divise en **2 blocs** de 2 modules chacun.
Vous pouvez choisir de terminer votre parcours de formation à la fin du bloc 1.



Ce bloc contient deux ateliers (modules) distincts échelonnés sur une durée de 5 mois.

Il s'adresse à toute personne ayant soif de s'initier aux pratiques de présence et aux pratiques rituelles, de retourner à l'essence de qui elle est, de développer son intuition et d'écouter où se trouve sa juste part d'action dans le monde.

Module 1

Présence ; la découverte et la plongée

2-5 avril 2026
(4 jours)

Module 2

Éco formation

5-9 août 2026
(4 jours)

Objectifs d'apprentissage du Bloc 1

- Être initié à des pratiques de présence et de transformations.
- Affiner et affirmer l'authenticité du parfait instrument que nous sommes grâce à un travail sur la conscience du corps.
- Apprendre à faire des liens entre nos enjeux personnels et leurs racines multi systémiques. S'exercer à passer du micro au macro.
- Être capable de décoder ensemble les axes fondateurs des pratiques que nous explorons.
- Être en mesure de sentir l'aspiration profonde de notre être afin qu'il nous guide vers notre part d'action juste en ce monde.

- Développer des compétences pour décoder ce qui se joue dans les différentes couches du visible et de l'invisible.
- Développer des habiletés nous permettant de reprendre contact avec l'essence de qui nous sommes.

Bloc 1, Module 1 : Présence ; la découverte et la plongée (4 jours)



Ce premier atelier aborde des grands principes qui favorisent l'état de **présence**. En d'autres mots, ce qui permet la rencontre avec un espace en soi intact et intuitif. C'est une invitation à prendre conscience de ce qui active nos forces, freine nos transformations et permet au corps de redevenir source de connaissances.

Cet atelier se veut également une rencontre avec les rythmes, les tambours, le mouvement et la voix. Les participant.es sont également invité.es à expérimenter des pratiques de présence personnalisées et à se familiariser avec les notions de passage, de transformation et de présence augmentée.

« Si l'homme ne peut détruire son essence, il peut l'oublier, et c'est son drame, la cause de son mal être. Quand on y jette de la terre elle est recouverte et cachée au point qu'on ne la connaît et qu'on ne l'aperçoit plus. Mais en elle-même, elle reste vive ; dès qu'on enlève la terre qui la recouvre à la surface, elle réapparaît et on la revoit. »

J.Y Leloup

Contenu

Bases conceptuelles et pratiques expérientielles autour des notions de passage, d'initiation et de présence augmentée \ Exploration de la question du sens, du sacré, de l'essence, du rapport à la communauté ainsi que de la symbolique rituelle (Gennep, Malidoma Somé, C.Singer) et ce dans une perspective qui vise la laïcisation des pratiques sans pour autant les désacraliser \ Connaissance et conscience du corps et de l'inconscient : exploration de grands principes qui favorisent l'état de présence \ Temps d'échange, de rétroaction et de partage autour des expériences vécues \ Outils d'intégration

Bloc 1, Module 2 : Éco formation (4 jours)



Nous explorons ici la relation entre l'humain, les éléments et l'environnement par des mises en situation en contexte naturel. Nous créons un terrain fécond pour répondre à l'urgence cruciale de recréer les liens nourriciers dans la vie humaine en renouvelant et ré-enchantant le rapport à soi, à l'autre et à la nature.

Ici la nature devient l'oracle, l'alliée qui soutient la rencontre avec notre pure essence et son expression. Toucher à l'amour et à l'intelligence de la nature permet de toucher à notre propre nature humaine et, peut-être, de retomber en amour avec elle !

Contenu

Explorer la relation entre l'humain, les éléments et l'environnement par des mises en situation en contextes naturels \ S'exercer à recréer des liens nourriciers avec le vivant et son intelligence vive. Développer une compréhension de la cosmogonie de certains peuples premiers : travail circulaire, cycle et rythme du vivant \ Rituels pour la terre dans une perspective d'écopsychologie (Johanna Macy) \ Les écorituels entre tradition et modernité.



Ce bloc contient deux ateliers distincts échelonnés sur une durée de 5 mois

Il s'adresse spécifiquement aux personnes désireuses de comprendre et d'expérimenter comment intégrer l'axe du rituel et de la présence dans leur pratique professionnelle. Que vous œuvriez dans le public (enseignante, thérapeute, travailleur social, conférencière, accompagnateur, formatrice, intervenante, artiste, etc.) ou que vous soyez au service de vos familles et de votre communauté, cette formation est spécifiquement pour vous afin d'ajouter et d'intégrer ces outils dans votre pratique.

Module 1

Création de rituels et rites contemporains

12-16 novembre 2026 (5 jours)

Module 2

Présence et agregation la consolidation

1-4 avril 2027 (4 jours)

Objectifs d'apprentissage du Bloc 2

- Connaître la structure et les grands principes du travail rituel
- Développer des compétences pour décoder le déroulement et l'impact d'un rituel
- Développer un regard plus aiguisé sur votre prise de parole (d'où elle part et où va-t-elle)
- Apprendre à créer et à animer des rites sociaux actuels dans vos communautés
- Apprendre à répondre et à accompagner les demandes rituelles de vos communautés
- Découvrir les forces singulières qui vous habitent
- Développer des compétences afin que vos pratiques professionnelles gagnent en présence, en puissance, en profondeur et en justesse

Bloc 2, Module 1 : création rituelle et rites contemporains



Forts de notre plongée expérientielle dans des pratiques de présence et certaines pratiques rituelles, nous explorons dans ce module les ingrédients fondateurs du travail rituel : la structure de base, les étapes, la question de l'intentionnalité et du geste juste.

Nous explorons également l'universalité du rite – les fondements traversant toutes les cultures – et la nécessité de le traduire et de l'adapter afin qu'il soit en phase avec l'environnement et répondent aux besoins profonds de celles et ceux à qui il s'adresse.

Cet atelier est l'occasion pour chacun.e de plonger dans l'art de fabriquer ces actes créateurs et transformateurs pouvant nous relier à notre essence, à la communauté et au vivant sous toutes ces formes. Ce stage est offert par des formateurs.trices venant du monde des arts vivants. Le rituel est abordé comme un espace créatif qui nous enjoins à entrer dans une conception du vivant et du monde où se rencontre l'art, la guérison et l'invisible. Le processus créatif et la multidisciplinarité sont également des axes importants dans notre approche.

Nous commençons également à étudier les rôles et fonctions du et de la ritualiste qui peuvent s'étendre à différents processus d'accompagnement. Ce sera l'occasion de commencer à explorer la posture de l'accompagnateur.trice comme contribution sociale et soutien au collectif en nous outillant pour recevoir et répondre à une demande de rituel. Une invitation à étendre ces connaissances aux différents rites sociaux et communautaires que vous souhaitez animer et qui vous interpellent et en faire ainsi des actes de création pures et riches de sens. Les fondements rituels présentés seront adaptés selon les champs d'intérêt du groupe, et pourront concerner autant les rites d'union, de désunion que les rites entourant la mort.

Contenu

Éléments théoriques et bases conceptuelles sur les pratiques rituelles \ Fonctions du rituel et de l'initiation (Malidoma Somé, Le Breton, Wulf, etc.) \ Notions sur la séquence et la structure du rite de passage (Van Gennep, Campell, Rochon) \ Notions sur les archétypes, les symboles et l'inconscient \ Conduite et création : expérimenter et explorer la création de rituels sous forme de laboratoire thématique \ S'expérimenter en situation de groupe en créant des rituels.

Éléments théoriques sur la notion de rites sociaux (protocole, étape, structure) \ Connaissance des rôles et fonctions du ritualiste \ Apprendre à concevoir et porter des rituels dans nos communautés \ Développer une posture de consultant pour répondre aux demandes de sa communauté \ Temps d'échange collectif et de partage d'expérience en lien avec les besoins du groupe.

Bloc 2, Module 2 : présence et intervention : la consolidation



Ce stage est l'occasion de consolider les apprentissages et les expériences vécues tout au long de la formation. Ces 4 jours sont une invitation à fortifier les ponts entre les savoir-être et les savoir-faire, entre l'essence et l'existence. Nous souhaitons ainsi créer des conditions pour que vos pratiques – professionnelles, relationnelles et personnelles – gagnent en présence et en profondeur et se renouvèlent à la hauteur du chemin parcouru.

C'est aussi l'opportunité de développer un regard plus aiguisé sur votre prise de parole. Nous nous offrons un temps dédié pour cueillir celui ou celle que nous devenons, fort de notre traversée, mûr.e pour offrir nos contributions singulières au monde.

Contenu

Pratique de présence, rituel et entraînement avec coaching et rétroaction du groupe et des formateurs \ Temps d'échange et partage autour des expériences vécues \ Travail synthèse sur les récoltes et les fruits de vos apprentissages.

À propos de la formatrice

CATHERINE DAJCZMAN, FONDATRICE DE ESSENTIA

Formatrice et accompagnante en pratique rituelle et pratique de présence



Formatrice, artiste vivante, percussionniste, accompagnante et ritualiste, Catherine Dajczman enseigne les pratiques rituelles et les pratiques de présence depuis près de 15 ans au Québec comme en France. Elle a oeuvré de nombreuses années au sein de l'école HO Rites de passage.

Imprégnée de l'enseignement de ses différents mentors, elle développe et offre une pratique à la fois multidisciplinaire, corporelle, rythmique, symbolique et féministe qui trouve sa place dans des sociétés laïques sans pour autant être désacralisée. Elle offre une approche qui place l'intégrité du corps et de la présence au premier plan. Depuis 2018 elle est également chargée de cours en pratique rituelle au département de psychosociologie et travail social de l'UQAR et diplômée à la maîtrise en études des pratiques psychosociales.

Formateur invité pour le Bloc 2

STÉPHANE CRÊTE

Formateur et allié créatif des contenus de la formation



Artiste transdisciplinaire, ritualiste et performeur, Stéphane Crête enseigne le travail rituel depuis près de 10 ans, au Québec comme en France. En parallèle à sa carrière d'acteur, il développe une pédagogie où se mêlent processus créatifs et connaissance de soi, à travers une série d'ateliers donnée autant avec l'École Ho rites, le Monastère des Augustines de Québec ou le RAIQ pour ne nommer que ceux-là.

Son champ d'expertise varié comprend des retraites de silence, des cercles d'hommes, des ateliers de toucher conscient, en plus de stages créés spécifiquement pour les artistes des arts de la scène. Dévoué à redonner du sens aux funérailles contemporaines (il est célébrant et a aussi réalisé le documentaire « L'industrie de la mort et moi ») Stéphane Crête se considère comme un chercheur qui se passionne pour le potentiel guérisseur des communautés éphémères.



DATES

Bloc 1 • 13-16 novembre 2025 et 2-5 avril 2026

Bloc 2 • 5-9 août 2026 et 12-15 novembre 2026

(il est possible de vous inscrire au Bloc 1 uniquement)

TARIFS

BLOC 1 UNIQUEMENT

FORMATION ENTIÈRE (Blocs 1 et 2)

Tarif régulier
Étudiant.e ou
chaumeur.chaumeuse

1150 €
850 €

2150 €
1550 €



Communauté de savoir et de pratique

Pour inscription et information
ecole-essentia.com

info@ecole-essentia.com, ou
Contacter Catherine Dajczman sur Messenger