



ÉLAN DE VIE

Thérapie par le souffle

« S'OUVRIRE A PLUS GRAND »

STAGE RÉSIDENTIEL DE 3 JOURS

- Redonnez vie et place à **qui vous êtes**
- Connectez **cet élan** qui change nos vies
- Accédez à une **compréhension plus profonde** de vous-même
- allez vers plus d'**incarnation** de votre pleine nature

Ce temps dans une nature bienveillante, vous permettra d'expérimenter la puissance de la **Respiration transpersonnelle holotropique**, véritable **porte aux transformations**.

Ce processus est encadré par un travail psycho-corporel ciblé et approfondi pour préparer votre corps et mettre en mouvement l'énergie, par des exercices spécifiques issus des **traditions chamaniques** ainsi que par des temps de parole et d'intégration.

La Respiration transpersonnelle holotropique

- C'est une méthode d'**exploration de soi**, thérapeutique, simple et puissante, créée par le Dr Stanislav GROF, psychiatre, chercheur mondialement reconnu pour ses travaux sur la conscience humaine et les états de conscience élargie.

- **Holotropique** - du grec *holos*, 'le tout, l'unité' et de *tropeîn*, 'aller vers' - signifie '*qui mène à la totalité, à la complétude*'.

- La respiration holotropique combine d'une manière particulière une **hyperventilation respiratoire** avec des **musiques** spécifiques, un **travail corporel** personnalisé.

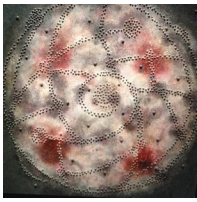
- Elle permet d'induire naturellement des **états de conscience** non ordinaires, de voyager dans l'inconscient et au-delà, de lever nos barrières psychiques et nos peurs, pour nous amener au **cœur de nous-même**. Elle recèle un immense potentiel de transformation.

- Elle nous donne l'occasion d'explorer, de transformer et de réaligner les **différents plans** de notre être : mental, physique, émotionnel, énergétique et spirituel, amenant des perspectives de libération, de réconciliation personnelle et trans-générationnelle, de réunification et d'ouverture.

Le psycho corporel

- Le corps est sensation, émotion, énergie et puissance de vie. Un trouble, une souffrance, une limitation de vie ou une inhibition du potentiel créatif et de l'affirmation de soi se manifeste par des **blocages d'énergie** dans le corps. Les exercices proposés permettront d'aller vers votre **pleine puissance**.

Ces explorations de votre psyché par la vérité de votre corps peut aller en profondeur grâce à l'installation d'un **cadre sécurisant et confidentiel**, et à l'opportunité de vivre, pour chacun, plusieurs **sessions de respiration**. Au sein et en soutien du groupe, ce travail se fait dans le respect et dans l'accueil de chacun avec **amour, bienveillance** et **non-jugement**.



ÉLAN DE VIE
Thérapie par le souffle
S'OUVRI
A PLUS GRAND

Les intervenants



Christine
NIERMARECHAL

« Psychologue, psychothérapeute, j'anime des séminaires de Respiration holotrope en France, en Belgique.

Le travail sur les états modifiés de conscience m'a amené le goût d'une certaine profondeur en créant en moi un lien intense avec le monde, et avec les êtres. »



Nicole
MOULIN

« Psychologue, psychothérapeute à Aniane et Montpellier, j'anime des séminaires de Respiration holotrope en France.

De l'étude des cultures du monde à celle de la profondeur de l'être, j'expérimente jour après jour que chaque être a en lui les ressources et les mystères de sa réalisation. »



Marc
VOCORET

« Facilitateur, j'accompagne des groupes en Respiration holotrope depuis plus de quinze ans.

Je goûte par ailleurs la compagnie des arbres avec bonheur.

Ils sont de merveilleux maîtres. »

INFORMATIONS PRATIQUES

<i>Date</i>	<ul style="list-style-type: none">● Le stage se déroule du mercredi 26 juillet 2017, 10h au vendredi 28 juillet, 17h30
<i>Lieu</i>	<ul style="list-style-type: none">● Au Val des fées, 18 route du Mas Audran à Lacoste (45 mn de Montpellier)● Viviane nous accueille : 06 32 15 28 99● https://valdesfees.wordpress.com
<i>Tarif</i>	<ul style="list-style-type: none">● 270 € les trois jours● Contactez-nous en cas de gêne financière● Prévoir 40 à 80 € en sus pour la totalité de l'hébergement en tente ou caravane.
<i>Pratique</i>	<ul style="list-style-type: none">● Repas en autogestion● Co-voiturage sur : https://semestriel.framapad.org/p/Elan_de_vie_-_Juillet_2017
<i>Contact</i>	<ul style="list-style-type: none">● Premier entretien préalable : Nicole MOULIN 06 89 51 35 62 ou Christine NIERMARECHAL 06 83 08 57 06● Administration : Franck DAGORN 06 32 08 51 58 nicole.moulin.rh@gmail.com

Page suivante : le bulletin d'inscription à imprimer >



ÉLAN DE VIE

été 2017

BULLETIN D'INSCRIPTION

à adresser rempli à

Nicole MOULIN rue du platane 34150 Arboras

Date	Stage résidentiel du 26 au 28 juillet
Nom	
Prénom	
Déjà répertorié :	<input type="checkbox"/> J'ai déjà fourni mes coordonnées
Adresse _ _ _ _ VILLE
Téléphone portable	_ _ _ _ _ _ _ _ _ _
Mail en MAJUSCULES	
Montant	270 € le stage de trois jours
Chèque à joindre	Le chèque, à l'ordre de <i>Nicole MOULIN</i> , n'est pas encaissé avant le stage. Pas de remboursement en cas de désistement 15 jours avant.
Santé	Je certifie que je ne présente aucune des contre-indications suivantes : problème cardio-vasculaire, hypertension, épilepsie, pathologie psychiatrique, glaucome, grossesse, intervention chirurgicale récente.
Date et lieu	A, le/...../.....
Signature précédée de la mention « Lu et approuvé »	