



SOUFFLE DE VIE

Respiration Transpersonnelle Holotropique

WEEK-END DU 8 AU 10 JUIN 2018

- 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**.

La Respiration transpersonnelle holotropique

- C'est une méthode d'**exploration de soi**, thérapeutique, simple et puissante, crée 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 *tropéin*, '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.

- Ce processus est encadré par des exercices psycho-corporels 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.

- Pour la cohésion du travail, ce stage est résidentiel. Les participants dorment sur place de façon à garder l'énergie centrée sur le processus.

- 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, deux 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**.



SOUFFLE DE VIE

Respiration Transpersonnelle Holotropique

Les intervenants



**Christine
NIERMARECHAL**

« Psychologue,
psychothérapeute,
j'anime des séminaires de
Respiration holotropique
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
holotropique 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 holotropique
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>	• Le stage se déroule du vendredi 8 juin 2018, 19h au dimanche 10 juin, 17h00
<i>Lieu</i>	• Au Domaine des Saulières , à 45 mn de Montpellier et à 3 km de Lodève : http://www.domainedessaulieres.com
<i>Tarifs</i>	• Animation du stage : 240 € • Prix de la nuitee : 30 € tarif unique en chambre individuelle, double ou triple ou 10 € d'accès douche et sanitaire si couchage en camping-car ou van personnel
<i>Pratique</i>	• Covoiturage : mentionnez vos offres ou demandes + dates de trajet sur le bulletin • Hébergement : règlement sur place. Possibilité de nuits supplémentaires. • Repas sur place en autogestion (chacun prévoit denrées et boissons, partageables)
<i>Contact</i>	• Premier entretien préalable , à compter du 3 mai : Christine NIERMARECHAL 06 83 08 57 06 • Administration : Franck DAGORN 06 32 08 51 58 nicole.moulin.rh@gmail.com

