

RESPIRATION HOLOTROPIQUE & YI JING

AVEC CHRISTINE NIERMARECHAL ET PIERRE FAURE

Stage de deux jours – du vendredi 6 au dimanche 8 mars 2026

à *La Belle Verte* - Chatelet en Brie (Seine et Marne)

La **Respiration Holotropique** est une méthode d'exploration du psychisme, mise au point dans les années 70 par le psychiatre Stanislav Grof, chef de file du courant transpersonnel. C'est un processus thérapeutique puissant qui, en sollicitant le souffle et le corps, met en contact avec des ressources internes insoupçonnées. La technique utilisée consiste à amplifier et accélérer progressivement la respiration, afin d'entrer dans un état de conscience élargie. Des séquences musicales appropriées accompagnent et soutiennent ce processus d'exploration du vécu émotionnel, relationnel, énergétique. La session se déroule dans un cadre sécurisant et respectueux, selon des règles déontologiques claires, elles sont encadrées par des professionnels de la relation d'aide compétents et formés à cette pratique.

Chaque participant aura l'opportunité, pour se préparer à sa séance de respiration, de poser ses questions au *Livre des Mutations*. Issu des pratiques chamaniques et divinatoires de l'antiquité chinoise, le **Yi Jing** - ou Yi King selon l'ancienne transcription – est un outil précieux de prise de conscience, qui fournit toujours des descriptions pertinentes de nos réalités. Nous utiliserons la traduction commentée de Pierre Faure, qui aidera à l'analyse et à l'interprétation des tirages individuels.

Les intervenants

Christine Niermaréchal : *Psychologue d'orientation transpersonnelle, Facilitatrice en Respiration Holotropique, certifiée à l'IRETT (Institut de Recherche et d'Étude en Thérapies Transpersonnelles).*

Pierre Faure : *Consultant, formateur et écrivain, spécialiste du Yi Jing. Auteur de Yi Jing, Le Classique des Mutations (Les Belles Lettres & La Compagnie du Livre Rouge). Également certifié en Respiration Holotropique à l'IRETT.*

Inscription : **pour valider votre inscription, un entretien préalable est demandé avec l'un des deux intervenants.** Merci de prendre contact :

- Pierre Faure : pierre.faure00@gmail.com - 06 87 59 13 83
- Christine Niermaréchal : ch.niermarechal@gmail.com - 06 83 08 57 06

Lieu : *La Belle Verte*, Chatelet en Brie, Seine et Marne. Accès en train à 40 mn de Paris par La Gare de Lyon. On vient vous chercher à la gare de Fontaine le Port. www.la-batisse.org

Horaires : du vendredi 6 mars 16h au dimanche 8 mars 16h.

Prix du stage : 275 €. Hébergement et repas : 245 € en chambre double ou triple, 275 € en chambre individuelle (nombre limité). Nourriture végétarienne.

Inscription : A remplir et retourner avant le 15 février 2026 avec votre chèque de réservation. Le solde sera réglé sur place en chèque ou espèces en même temps que l'hébergement et les repas. Les inscriptions sont limitées à 12 personnes.

Bulletin d'Inscription

A remplir et à adresser avec un chèque d'arrhes de 100 € au nom de Pierre Faure
à l'adresse suivante :

Pierre Faure – 39, rue de Charonne – 75011 Paris

NOM : Prénom :

Age : Profession/ Activité :

Adresse :

Tél. : Courriel :@.....

.....

Merci de tenir compte des contre-indications suivantes : hypertension, maladies cardio-vasculaires, épilepsie, glaucome, tumeur ou lésion cérébrale, troubles psychotiques. Vous devez, en cas de doute, nous en parler. Nous vous demandons également de nous préciser si vous souffrez d'une maladie particulière, si vous avez subi une intervention chirurgicale récente, si vous suivez un traitement médicamenteux, ou tout antécédent médical. Ceci peut nécessiter des aménagements pour votre accompagnement.

Si vous vous désistez plus de 15 jours avant la session, vos arrhes seront perdues, à moins que nous puissions vous remplacer. Les chèques d'arrhes ne sont pas déposés avant la date du stage.

- ☐ Je viendrai en train depuis la Gare de Lyon
- ☐ J'ai déjà pratiqué la Respiration Holotropique
- ☐ J'ai pris connaissance et j'accepte les modalités d'inscription et de désistement.
- ☐ Je suis informé des éventuelles contre-indications relatives à la pratique de la respiration holotropique
- ☐ J'indique ici si j'ai un trouble qui pourrait demander des aménagements particuliers

A le

Signature :