

L'association YOSOLI Yoga Souffle de Liberté



vous invite aux Hivernales 2027
animées par Driss BENZOUINE

La Voie de l'Energie et du Coeur.



Les 30 et 31 janvier 2027
Au Val de l'Hort, à Anduze (Gard)

Driss BENZOUINE



Driss est formateur d'enseignants, diplômé de l'Institut de Yoga Intégral d'André Van Lysebeth depuis 1986 et de la Fédération Française de Yoga-Viniyoga, avec François Lorin, depuis 1996. Psychothérapeute à médiation corporelle, en Rebirthing, diplômé par Ronald Fuchs et Diana Roberts, et en travail psycho-corporel dans la lignée de la psychologie humaniste et transpersonnelle. Président de l'Association Marocaine de Yoga pendant 15 ans, il a pu à ce titre rencontrer différents styles et écoles de yoga et leurs représentants en Europe. Il enseigne à l'international : Maroc, France, Espagne, Italie, et organise des stages et retraites dans le désert marocain.

Il s'inscrit dans le courant tantrique du Hatha Yoga et dans la voie Soufi, ayant approfondi son expérience auprès de maîtres traditionnels en Inde et au Maroc. Il a ainsi développé une approche singulière dans laquelle il utilise les outils du yoga et du soufisme : le son, le souffle, le mouvement, la méditation dynamique et silencieuse...

Le thème du stage :

" Nous explorerons ensemble deux dimensions complémentaires de notre pratique : la puissance qui nous anime et l'amour qui nous guérit.

Samedi : SHAKTI YOGA - Réveiller son pouvoir intérieur.

La Shakti est le pouvoir cosmique au cœur de la vie, c'est aussi la source secrète de votre pouvoir personnel. C'est l'énergie du Féminin Sacré que les sages des traditions Shiva-Shakti nous invitent à cultiver.

Que votre quête soit le bien-être, l'épanouissement ou la libération, vous avez besoin de la grâce de votre propre Shakti. Nous explorerons l'art de cultiver cette force de vie sacrée dans le corps à travers une sadhana complète : méditation, respiration (pranayama), mantras, asanas, mouvement sacré et conscience dévotionnelle. Au-delà de la technique, nous chercherons la véritable connexion, celle qui apporte la transformation.

Dimanche : YOGA & SOUFISME - La Guérison par l'Amour

Un des grands pouvoirs de l'Amour chez les soufis est de produire des miracles de guérison par le Dhikr : une méditation avec le souffle et le son pour retrouver la paix intérieure. Comme le corps physique, l'âme traverse des étapes, des stations appelées maqamat. Pour les soufis, les maladies physiques et émotionnelles sont liées à la station du Nafs (l'ego, l'enfance de l'âme) et pour passer à la station du Qalb (le Cœur, la maturité) et à l'union avec le Bien-Aimé, les maîtres soufis prescrivent le Dhikr. Nous pratiquerons cette discipline du remède infaillible pour apaiser le corps, le cœur et l'esprit. "

TARIFS

Le prix du stage est forfaitaire.

* inscription avant le 25 décembre 2026 : 160 €

* inscription avant le 23 janvier 2027 : 180 €

- Il comprend l'ensemble des prestations du week-end :
 - *l'enseignement,
 - *la location de la salle,
 - *deux repas végétariens (samedi soir et dimanche midi) et le petit déjeuner
 - *une nuit en chambre double ou individuelle,
Supplément chambre individuelle 20€, selon disponibilités:
nous contacter par téléphone.
 - *participation de 1 € pour une association à actions humanitaires, environnementales, ou sociales.
 - *En cas de difficultés financières, nous contacter.

Inscription et règlement

Via le site de YOSOLI (paiement en ligne) :

<https://yosoli.fr/Hivernales>

ou

A l'aide du bulletin d'inscription ci-joint.

Ce bulletin est à adresser à **Marie-Christine Calais** avant le 23 janvier 2027 en l'accompagnant d'un chèque d'arrhes de **80€ à l'ordre de YOSOLI**.

Le solde sera réglé sur place le 30 janvier 2027 (chèque ou espèces).

Nous nous réservons la possibilité d'annuler le stage si le nombre de participants est inférieur à 15.

Le nombre de places est limité à environ 30 personnes.

Numéro de téléphone de Marie-Christine : 06 86 15 68 42

**Se munir de serviette de toilette, tapis et coussin de Yoga.
Sans oublier votre repas de samedi midi tiré du sac !**

AU PROGRAMME DE CE WEEK-END

Accueil : samedi 30 janvier à partir de 09h30.

Début des ateliers : samedi 10h00.

Fin des ateliers : dimanche 31 janvier à 17h00.

LIEU DU STAGE :

Pour vous rendre au Val de l'Hort,
faites confiance à votre GPS !



**ETHIC-ETAPES
VAL DE L'HORT**

**1050 chemin Bas
30140 Anduze**

Site web: <https://valdelhort.com/>