

Taller de Respiración Holotrópica

30 de nov. y 1 dic. en Toledo

¿EN QUÉ CONSISTE?

La Respiración Holotrópica fue desarrollada por el Dr. Stanislav Grof y su esposa Christina como un valioso medio para **expandir la conciencia**. Consiste en una forma avanzada y profunda de exploración que combina respiración, música evocativa y trabajo corporal focalizado y puede inducir estados no ordinarios de conciencia, así como una amplia gama de experiencias.

Los estados ampliados de conciencia, que Grof denomina “holotrópicos”, son comparables a los que se dan en prácticas espirituales o de meditación, ayunos, trances chamánicos y múltiples rituales de diversas culturas. Son experiencias de un inmenso **potencial transformador** y evolutivo, en las que la conciencia se expande.

En estos estados podemos conectar no sólo con el material biográfico (nuestra vida desde que nacemos), sino también con el nivel perinatal (relacionado con el proceso de nacimiento) y con el **dominio transpersonal**, en el que se trascienden los límites ordinarios del cuerpo y del ego.

¿QUIÉN FACILITA?

Francesc Guinart y **Magda Sampere**, ambos facilitadores certificados en Respiración Holotrópica por el Grof Transpersonal Training. Se trasladan desde Barcelona, donde tienen su propio centro de respiración holotrópica: www.respira.com.es.

¿MÁS INFORMACIÓN?

El precio del taller es de 150 euros, 140 si te inscribes antes del 18 de noviembre. Manda un correo a vivirenelcambio@gmail.com y te enviaremos más información sobre el taller.