



LA RESPIRATION HOLOTROPIQUE SELON L'ECOLE DU TANTRA

« Là où je me protège le plus, là où je crains d'avoir mal, là se cachent mes plus belles qualités » Stanislas Grof

le terme holotropique signifie littéralement «qui aspire à la totalité», «qui évolue vers la plénitude».

La respiration holotropique est un puissant outil d'auto-guérison, inspirée de pratiques ancestrales et des connaissances actuelles de la psychologie.

Cette technique respiratoire, dans un accompagnement adapté, revitalise profondément et peut nous ouvrir aux multiples champs de la conscience personnelle.

Cela a pour effet une libération des empreintes du passé,
une plus grande connaissance de soi,
une créativité accrue,
un sentiment d'unité intérieure renforcée.

C'est une précieuse technique du développement personnel et de la thérapie.

SEANCE DE 1H30 55 euros

