

RESPIRAZIONE OLOTROPICA

Workshop residenziale 25-27 Ottobre 2024
Agriturismo Atman – Monzambano (MN)



RESPIRAZIONE OLOTROPICA

La Respirazione Olotropica è una pratica di auto-esplorazione e trasformazione che utilizza respiro, musica e lavoro sul corpo per indurre stati espansi di coscienza e attivare l'intrinseco potenziale di auto-guarigione della nostra psiche.

Creato negli anni '70 dallo psichiatra Stanislav Grof, questo dispositivo integra principi della ricerca psichedelica, della psicologia transpersonale e di antiche tradizioni spirituali ed è validata da più di 50 anni di lavoro con gli stati espansi di coscienza.

La Respirazione Olotropica crea un contenitore sicuro per accedere a questi stati, può essere un momento di crescita personale ed essere un efficace supporto per chi sta attraversando una profonda crisi personale, per chi sente un forte disagio emotivo, per coloro che sono su un percorso spirituale e desiderano espandere la conoscenza di sé.

Per maggiori info sulla Respirazione Olotropica clicca qui:

www.autenticamentessere.com

PROGRAMMA

- Inizio ore 20.00 di Venerdì 25 Ottobre
- Termine ore 13.00 di Domenica 27 Ottobre

In questo workshop ci saranno 2 sessioni di respiro (una come respirante ed una come sitter), pratiche di integrazione - anche attraverso l'espressione artistica - e momenti di condivisione in un setting protetto, accogliente e non giudicante.

Non è necessaria nessuna esperienza; una accurata spiegazione del dispositivo precederà le sessioni.

CONTRIBUTO

Il contributo è di 290 euro e comprende il costo del seminario; 2 pernottamenti con colazione; pranzo e cena di Sabato; tutti i materiali ed i coffee break.

LOCATION

Il workshop sarà ospitato dall'Agriturismo Atman, un luogo magico nato per promuovere l'armonia interiore e la connessione con la natura. Circondato da un paesaggio da sogno, l'agriturismo si colloca a Monzambano (MN) a pochi km da Verona e dal lago di Garda.



FACILITATORI

ALESSANDRO PACCO

Psicologo, psicoterapeuta bioenergetico ed etnoclinico, facilitatore di Respirazione Olotropica certificato per il Grof Transpersonal Training. Da anni conduce e facilita seminari in Italia ed Europa.

ALESSANDRA SPAGNOLI

Somatic Experiencing Practitioner, Facilitatrice di Respirazione Olotropica certificata al Grof Transpersonal Training, esperta in integrazione psichedelica con formazione ICEERS Academy, insegnante yoga. Da anni si dedica al lavoro psico corporeo connesso al trauma.

MONICA BORTOLUZZI

Counselor ad orientamento transpersonale, facilitatrice di Rebirthing e di Respirazione Olotropica certificata per il Grof Transpersonal Training. Da anni si dedica alla relazione di aiuto e all'accompagnamento nei dispositivi basati sul respiro. Professionista disciplinata dalla legge 4/2013.

Per maggiori info e iscrizioni: info@autenticamentessere.com