

## **CONTENIDOS.** INICIACIÓN A LA VIVENCIA DEL RENACIMIENTO

### **SESIONES PERSONALIZADAS DE RESPIRACIÓN: INDIVIDUALES.**

Cada sesión dura entre una hora y media y dos. Permite un espacio previo para que la persona descubra y profundice en su proceso de auto-conocimiento, explorando y trabajando con sus vivencias a nivel emocional y energético. El trabajo propio con la Respiración Consciente y Conectada se realiza a continuación en un proceso energético de 40 a 60 minutos, que contiene en sí mismo una etapa final de integración.

Tras el ciclo de respiración, se retoma lo más importante de la experiencia vivida, completando siempre en un estado de equilibrio, paz e integración. Ayudamos a la persona a anclar sus tomas de consciencia, encontrando aplicaciones prácticas para orientarse hacia nuevas actitudes y crear nuevos resultados en su vida cotidiana. Es un trabajo poderoso, aplicado con el respeto total a cada uno, en su ritmo, en su momento.

Las experiencias individuales de respiración son recomendadas a los buscadores de sanar a través del reflejo inicial de la vida, son experiencias profundas y transformadoras. Para los interesados en la Formación de Renacedores estas forman parte de la capacitación y se requieren un mínimo de 5 (cinco) sesiones.