



RESPIRO CONSAPEVOLE

Il contatto tra lo Spirito e la Sorgente

Il tuo respiro é lo strumento fondamentale per un ricco ed intenso percorso di trasformazione interiore, con meravigliosi effetti sulla tua vita.

Il Fondatore ed i Facilitatori di Respiro Consapevole™ presentano:

PFP '11

Percorso di **Formazione Personale** in:
RESPIRO CONSAPEVOLE™

Settembre – Dicembre 2011

(vedi seguito per maggiori dettagli)

Libera il respiro da schemi ristretti,
trasforma pensieri ed emozioni,
consente la connessione con il proprio essere.

“Il respiro è il ponte tra i mondi del visibile e dell’invisibile”
(Babaji)

PFP: cos'è?

Respiro Consapevole™ propone un unico percorso per la profonda conoscenza del respiro, strumento tanto naturale quanto potente ed efficace. Dalle semplici sessioni in cui si è assistiti da altri, fino al completo apprendimento della tecnica per facilitare altre persone nella loro esperienza.

Unicamente per ragioni pratiche e logistiche, il percorso è suddiviso in sezioni o gradi, mentre, in verità, si tratta di un unico cammino progressivo verso l'incontro sempre più completo con la propria divina umanità.

Il programma del Percorso di Formazione Personale, **primo passo** di questo cammino, prevede l'approfondito apprendimento di tutti gli aspetti della tecnica necessari per la pratica personale. Esso è anche l'avviamento ai successivi progressi, necessari per sostenere altri nelle loro sessioni e divenire facilitatori di Respiro Consapevole™.

Il programma del Percorso di Formazione Personale prevede i seguenti argomenti:

1. **Completa conoscenza della tecnica, per uso personale.**
2. **Analisi del respiro.**
3. **Comprensione dei propri schemi respiratori e del loro significato energetico - emozionale.**
4. **Apertura del sistema respiratorio e significativi benefici fisici ed emozionali.**
5. **Integrazione dei propri schemi, con dolcezza e facilità.**
6. **L'approfondito apprendimento della tecnica, pratico e sperimentato, per un sicuro ed efficace uso personale.**
7. **Molteplici SESSIONI di respiro.**
8. **Un migliore equilibrio fisico ed emozionale.**
9. **Migliore chiarezza mentale e concentrazione.**
10. **Trasformazione della resistenza in entusiasmo ed energia.**

Requisiti. L'impegno personale, nel binomio libertà-responsabilità, e l'apertura a cambiamento e trasformazione; sapersi mettere in gioco.

Risultati. La frequenza al percorso di formazione personale consente al partecipante di respirare da solo e trarre i massimi benefici dal Respiro in modo autonomo.

Respiro Consapevole™ rilascia un **Attestato di frequenza**, requisito necessario per accedere ai successivi gradi di formazione. Chi lo desidera, previo parere favorevole dei Formatori, dopo questa prima sezione può avviarsi al successivo livello di formazione per divenire facilitatore di Respiro Consapevole™.

Formato: 4 week end residenziali:

Costo:	€ 150,-	Anticipo all'adesione	Sabato	Domenica
	€ 125,-	1° Weekend – SETTEMBRE	24 – 09	25 – 09
	€ 125,-	2° Weekend – OTTOBRE	22 – 10	23 – 10
	€ 125,-	3° Weekend – NOVEMBRE	19 – 11	20 – 11
	€ 125,-	4° Weekend – DICEMBRE	da definire	da definire
	(€ 650,-)		Orari 09.00 – 22.00	09.00 – 18.00

Sistemazione

La generosa ospitalità offerta da un'amica, nonché partecipante, consente dei costi davvero contenuti per vitto ed alloggio. Il seminario avrà luogo in una cascina appena a nord di Novara, tranquilla e dotata delle strutture necessarie alle nostre attività. Il contributo richiesto a ciascun partecipante per un intero week end (vitto ed alloggio sabato + domenica) è pari ad **€ 50,00**, tutto compreso. Ogni iscritto riceverà ulteriore e dettagliata informazione.

Sede del seminario

Cascina Monferrona, Via C. Monferrona 10, Vaprio d'Agogna (NO), (SS 229, km 19)



Contatti:

Andrea Zunino
Bruna Zatti

☎ 335-5942034
☎ 339-4091143

✉ andrea.zunino@respiroconsapevole.net
✉ bruna.zatti@respiroconsapevole.net

📍 [aquilablu135](#)