

STAGE



# LA RESPIRATION HOLOTROPIQUE



## « La Respiration, école de confiance et de lâcher-prise »

Inventée par le psychiatre Stanislav Grof dans les années 70, la Respiration Holotropique est une technique d'exploration de soi à la fois simple et extrêmement puissante, ayant déjà montré son efficacité et son utilité dans le monde entier.

« *Holotropique* » signifie « *qui mène à la totalité, à la complétude* ».

*Chacun peut vivre des expériences profondément initiatiques et bénéficier d'une transformation et d'une libération concrètes tant au niveau physique, émotionnel, qu'affectif et spirituel.*

Avec **Dr Patrick BAUDIN**

**Médecin, certifié en psychologie transpersonnelle, formateur, facilitateur en Respiration Holotropique et pour les Quatre Voies de l'Initiation Chamanique.**

**Auteur : « La respiration holotropique : états de conscience chamanique, le courage de la transformation ».**

**30 novembre au 2 décembre**

**en Drôme** Tarif : 250 € + adh

**PLANET'AIIRE : tel 09.54.69.62.11 ecocit@free.fr [www.planetaire.fr](http://www.planetaire.fr)**