



Seminario di Holo Sacred Breathwork e integrazione attraverso i cavalli

18 sera/20 Novembre Casalborgone/Cinzano (TO)

con Manuela Furione e Emma Trossarelli

L'esperienza olotropica COME cerimonia sciamanica E l'integrazione facilitata dai cavalli

L'**Holo Sacred Breathwork (HSB)** è una forma esperienziale, non direttiva e sicura, di auto-scoperta che sollecita e incrementa il processo di crescita personale inducendo un possibile contatto con memorie normalmente non accessibili, anche corporee, a volte bloccate o cristallizzate. L'HSB utilizza gli strumenti esperienziali della **respirazione olotropica** (respirazione profonda e veloce, musica evocativa, espressione, lavoro opzionale di body work, disegno del mandala e condivisione verbale), la cartografia dell'anima di Stanislav Grof (dimensioni biografiche, perinatali e transpersonali) e li integra con quelli sciamanici-cherokee di Michael Smith ed il processo di individuazione junghiano.

La sessione di **respirazione olotropica** viene simbolicamente e ritualmente aperta e chiusa attraverso la cerimonia delle sette direzioni che consiste nell'attivazione delle energie archetipali delle quattro direzioni che sono gli archetipi del cerchio sacro, o ruota di medicina, e dell'Axis Mundi divenendo così una cerimonia sciamanica.

Obiettivi: il lavoro olotropico permette di accedere più facilmente alle nostre potenzialità di autoguarigione profonde; sciogliendo i blocchi della nostra respirazione possiamo quindi ritrovare energia e serenità per affrontare al meglio le sfide quotidiane della vita, sviluppare una maggiore autocomprensione, ampliare il proprio senso di identità e autostima, facilitare l'accesso al nucleo originario di problemi emotivi e psicosomatici.

Il lavoro di integrazione con il branco, che si svilupperà il giorno dopo la sessione di respirazione olografica, verterà sulla connessione respiro naturale, corpo ed emozioni nella presenza del qui ed ora. Diversamente dalla sessione di respirazione che potrebbe portare in luoghi poco esplorati, la riconnessione fisica ed emotiva permetterà di andare a contattare qualsiasi cosa emerga dall'esperienza precedente e portarla nel mondo di tutti i giorni. I cavalli hanno il potere di metterci in contatto forte con il corpo e con ciò che si sta esprimendo attraverso di esso. Attraverso l'osservazione del comportamento dei cavalli in nostra presenza possiamo arrivare a comprendere come ciò che ci succede a livello fisico si manifesti nel piano emotivo e viceversa. Il luogo di interazione è un luogo protetto, di non giudizio e di apertura a tutte le possibilità che si aprono verso una comunicazione basata sulla reciprocità il rispetto e la chiarezza di intenti.

Il viaggio che intraprenderemo potrà essere un'apertura del cuore verso noi stessi e verso il mondo, e noi saremo liete di accompagnarvi!

Manuela e Emma

Per partecipare al seminario è necessario compilare con anticipo un questionario o avere un colloquio telefonico con Manuela Furione

Chi siamo:

Manuela Furione: <https://manuelafurione.wixsite.com/manuela>

Emma Trossarelli: <https://www.cadijcavaji.org>

Per ulteriori informazioni e iscrizioni potete scrivere un'email a:

manuelafurione@hotmail.com oppure: trossina@gmail.com

inserendo come oggetto HSB SEMINARIO NOVEMBRE

oppure:

Manuela: cell/whatsapp 349-3509513