

Taller De Respiración Holotrópica®

Técnica vivencial creada por el Dr. Stan Grof, basada en la intensificación de la respiración, música evocativa y trabajo sobre el cuerpo, que permite acceder a "Estados Ampliados de Conciencia" favoreciendo la resolución integral de conflictos, síntomas y problemáticas inconclusas de nuestra Vida (en los niveles: biográfico-personal, perinatal, transpersonal), lo que conlleva un inestimable valor terapéutico, de crecimiento espiritual y/o de desarrollo interior.



TALLER DE RESPIRACIÓN HOLOTRÓPICA®

Dias: sábado 12 y domingo 13 de Junio 2010

en Lucaimena de las Torres (Almeria)

a cargo de Ahmad Isa Martínez, de Patagonia (Argentina)

*en cortijo El Saltador en Lucaimena de las Torres (Almeria)
contactar con ClaudiaScholler@yahoo.com para mas informacion
del lugar y como llegar*

www.elsaltador.com

informes e inscripción:

AFattah Majem tlf: 626 986 436

begin_of_the_skype_highlighting 626 986

436 end_of_the_skype_highlighting

email: abdfatm@yahoo.es

*CUPO LIMITADO a 18 personas (inscribirse con anticipación)
coste 210 € incluida habitacion doble, 2 noches y comida sabado y
domingo*

*inscripcion con transferencia previa de 70€ a la cuenta 0081-
0310-35-0001421844*

Más información sobre la RH , en páginas web:
www.holotropica.org (español)
www.stanislavgrof.com | www.holotropic.com (inglés)

Ps. Cristián "Ahmad Isa" Martínez



Psicólogo (UNR); Prof. Universitario en Psicología. Ex-Docente de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Rosario. Formado y Certificado con el Grof Transpersonal Training (GTT-USA). Investigador y experimentador en distintas formas de acceso a Estados Ampliados o no Ordinarios de Conciencia; Discípulo del Maestro Sufí Sheij Mawlana Nazim Al Haqqani, líder actual y heredero de la Orden Naqshbandi. Actualmente trabaja ejerciendo la práctica psicoterapéutica desde un abordaje Integral-Transpersonal; Facilitando y Organizando Talleres de Respiración Holotrópica® ; además ejerce como Psicólogo en Equipo Técnico Interdisciplinario en el Área de Supervisión de Educación Especial en Pcia. Chubut en Patagonia Argentina.

ANEXO: UN VIAJE DE AUTODESCUBRIMIENTO

¿Cómo es una sesión de Respiración Holotrópica?

... Me pongo el antifaz y me acuesto sobre la colchoneta... estoy a punto de iniciar una vez más un "viaje holotrópico". Este viaje, a diferencia de muchos otros, tiene como propósito el viaje mismo, la experiencia de indagar, de aprender y de contactar con la conciencia en un estado expandido... de recorrer y bucear en el paisaje interno que me constituye y me pertenece como mujer, como miembro de una raza, como parte de la especie, como ser viviente y como habitante de este planeta en el cosmos. Es un viaje que consiste en el puro hecho de ser transitado y sentido antes que en "¿hasta dónde voy a llegar?"...

Y a diferencia de otros tantos aún, para realizar este viaje se necesitan singulares objetos y recursos. Por empezar, el "motor" de la experiencia se pone en marcha con la respiración: se la intensifica y sostiene hasta que la conciencia entra en un estado expandido o no ordinario, y es allí donde comienza el viaje; se realiza dentro de una habitación, hay música que acompaña durante casi todo el tiempo y en la que nos encontramos el "respirador" y un cuidador (sitter) por cada viajante presente; y el facilitador/a que camina por la sala trabajando con quién lo requiera.

El ambiente necesita estar específica y cuidadosamente acomodado: luces bajas, temperatura agradable, varios almohadones de diferentes tamaños, mantas... Yo, como "respirador", uso una colchoneta, un antifaz para obscurecer la vista ya que el viaje es hacia adentro, y tal vez necesite pañuelos de papel o un vaso de agua. Mi "sitter" se ocupará de alcanzármelos, eventualmente.

Cuando me subo a un tren elijo un asiento y me acomodo para el viaje, del mismo modo, aquí me ubico en una colchoneta y me dispongo para vivir la experiencia. Me despido de mis compañeros deseándonos mutuamente "buen viaje", comienza a sonar la música, yo intensifico mi respiración y me dejo llevar.. Desde el asiento del tren no puedo mirar por la

ventanilla y enunciar: "hoy quiero que el paisaje me traiga una montaña, un animal, un árbol...", tampoco en "este" viaje puedo decidir, desde mi voluntad en qué consistirá la experiencia. Lo único y lo mejor que puedo hacer es recostarme y entregarme a lo que hoy aparezca.

El tren de la experiencia me impulsa hacia donde hoy necesito ir, me pongo en manos del conductor de la locomotora, mi Sanador Interno, un sabio radar que me trae de entre las infinitas experiencias posibles, aquellas que hoy puedo contactar, conocer, recorrer, y sanar. Tal vez se relacione con algunas situaciones de mi vida, con mi propio nacimiento o tal vez ... me confío al potencial sanador de la conciencia (la sabiduría intrínseca del psiquismo que se manifiesta buscando su propia completud o autorrealización); también sé que si me resultara difícil completar la vivencia de alguna situación, el facilitador/a estará allí para ayudarme a hacerlo.

Transcurridos unos minutos de respiración, percibo que comienza a tomar forma un determinado paisaje. Este particular tren puede llevarme a recorrer tantos lugares como los que somos capaces de imaginar y de no imaginar. Las vivencias pueden consistir en estados emocionales intensos e insospechados; recuerdos conocidos o desconocidos; múltiples sensaciones corporales; conexión vívida con dramáticas historias propias o ajenas, antiguas o actuales; la vida intrauterina o cósmica; insights que abarcan todos los planos de la existencia, etc...

En cada oportunidad el tren me lleva a recorrer uno, todos o aún otros paisajes todavía inconcebibles para la conciencia ordinaria.

Es increíble que sea realmente posible explorar el terreno del alma con tan sencilla disposición, cuando todo lo que es valioso y verdadero parece tan difícil de conseguir; pero lo cierto es que es reparador y maravilloso entregarnos a vivenciar esta experiencia tal y como se presenta..

Cuando el "tren de la experiencia" aminora su marcha y la música comienza a suavizarse, sé que el viaje está finalizando; me doy cuenta de que traigo nuevos recuerdos que con el tiempo se irán incorporando casi imperceptiblemente a mi vida cotidiana; la que tendrá una cualidad diferente a partir de hoy.

Me quito el antifaz y me reencuentro con los ojos de mi sitter que me acompañó y cuidó durante todo el tiempo sin interferir ni por un instante. Regreso con la sensación de haberme regalado una visita a lugares sagrados...