



www.
rebirth31.fr

Christine Delafoulhouze



*« Deviens ce que tu es »...
à la lumière du souffle*



« De n'importe où, on peut s'élan

La Respiration Consciente :

L'UNITÉ PAR LE SOUFFLE

« Par la mise à jour de mes pensées limitantes, par une lecture nouvelle de mon passé, je sors des répétitions qui l'ont jalonné ; le regard sur moi-même et les autres s'allège, je lâche peu à peu le mode de la réaction pour celui de l'action. Je retrouve ma vitalité, et peux enfin créer plus librement ma vie ».

L'utilisation du souffle, dans ce processus, stimule les passages entre inconscient et conscient, entre corporel et mental. Il dénoue les tensions, il remet en mouvement, il éclaire, il unifie.

UN RENDEZ-VOUS AVEC SOI-MÊME

La respiration se fait ample, profonde, au service de l'être : elle entrouvre la porte sur les mémoires profondes, sur les émotions ; des images, des sensations émergent, qui font sens...

Dans l'espace de la confiance, l'origine des maux s'exprime, ces derniers se dissolvent dans les prises de conscience successives, sur tous les plans de l'être. La transformation s'incarne, avec une énergie nouvelle, profonde et joyeuse.

ancer vers le ciel. ”

Sénèque



un outil de transformation

LE CADRE DE TRAVAIL

Une séance individuelle de rebirth est un voyage dont la durée varie entre une heure et demi, plus souvent 2 heures, parfois même davantage.

Elle est constituée

- d'un temps de dialogue,
- d'un temps de respiration guidée,
- et d'un temps d'intégration.

Le coût d'une séance ponctuelle est de 80 €.

Afin de faire un travail en profondeur et durable, il est recommandé de suivre un processus d'une dizaine de séances, espacées chacune de 3 semaines environ.

Dans le cadre d'un engagement sur un cycle de 10, le tarif de la séance est de 75 €.

Possibilité d'aménagement pour faibles revenus.





Praticienne de Respiration Consciente


Christine Delafoulhouze

06 29 44 83 20

christine@rebirth31.fr



www.rebirth31.fr



Formée en 2005/2006 par l'école OSE,
je reçois en séance individuelle et
j'anime des respirations collectives
à Toulouse/L'Union et dans le Comminges.
Par ailleurs, je co-anime des ateliers
avec différents partenaires :
bols tibétains, peinture, qi-gong, channeling...
Informations sur www.rebirth31.fr.

MES PRINCIPES

La confiance mutuelle, l'absence
de jugement, l'écoute active
dans la douceur et la bienveillance.

MON ENGAGEMENT

Vous accompagner dans une prise
de conscience émotionnelle, corporelle,
et vous aider à devenir conducteur
de votre propre vie.