



ZERO69 Centro Culturale e Lounge Bar

Piazza G. Garibaldi 27a - Acireale
in collaborazione con

Associazione il Fiore d'Oro - Acireale

Venerdì 4 Aprile 2008

ore 17.30

presenta:

Indalecia Rohita Ziritt

“Apri il respiro, apriti alla gioia”

con *Transformational Breath*™

e Dio soffiò nella sua narice l'alito della vita... Genesi, 2.7

Transformational Breath (TB), ideata da Judith Kravitz 25 anni fa, è una delle tecniche respiratorie più potenti ed evolutive tra quelle attualmente conosciute, poiché agisce sull'individuo da un punto di vista Fisico, Mentale e Spirituale.

Lavorare con il **Respiro** vuol dire utilizzare la consapevolezza del **Respiro** per ritrovare noi stessi. Ci aiuta alla **trasformazione** dei nostri schemi respiratori che rappresentano una metafora di come viviamo la nostra vita. Quando restringiamo il nostro respiro, reprimendo e sopprimendo le nostre risposte emozionali, e' probabile che restringiamo anche la nostra vita. Aprendo il nostro sistema respiratorio, dirigendo il respiro, ci apriamo a un'esperienza vitale ed energetica più espansa e sana.

TB potrà aiutare a creare un contatto con la parte di noi saggia ed amorevole che vuole e può trasformare positivamente la propria vita.

TB è uno strumento che chiunque può imparare e che si può usare in ogni momento: con la giusta respirazione possiamo vivere più leggeri, più liberi, capaci di guardare oltre le illusioni, **sperimentando la gioia**.

Indalecia Rohita Ziritt - Osho Sannyasin - è Operatore Professionale di **Shiatsu e Tuina** (iscritta all'albo professionale della Federazione Italiana di Shiatsu) lavora con il respiro dal 1996, è **Facilitatrice** e **Trainer** di **Transformational Breath** certificata da Judith Kravitz (www.tbitalia.org), e Coordinatrice Nazionale dell'International Breathwork Foundation IBF (www.ibfnetwork.com) per l'Italia. E' **Voice & Sound Healer** certificata da Karina Schelde -**The Soul Voice** (www.soundandvoice.com).
Lavora individualmente ed in gruppo in Italia, Turchia, Ecuador e Venezuela.

Letizia Foti – Ass. Il Fiore d'Oro – Acireale

tel. 347-6348038 www.manifestare.it www.ilfioredoro.com

e-mail: info@ilfioredoro.com

ZERO69 Centro Culturale e Lounge Bar – Piazza Garibaldi 27a – Acireale

tel.095-601496 opp. 320-3092342 www.zero69.it e-mail: info@zero69.it