



OPMD
OPEN YOUR MIND

Retraite d'initiation au Grof® Breathwork

Découvrir son pouvoir intérieur de guérison



17-21 avril 2024
Mikinac (Drôme), France



Cette retraite, en français, est ouverte à tous. Elle aura lieu à Mikinac, au cœur de la forêt de Bren, dans la Drôme, et offrira quatre sessions de respiration holotropique : deux comme respirant et deux comme accompagnant.



Objectifs

- Découvrir la carte de la psyché élaborée par Stan Grof
- Faire l'expérience et l'intégration d'états de conscience holotropiques ou modifiés
- Développer une compréhension plus fine du mouvement de la psyché vers la complétude
- Parvenir à faire confiance à l'intelligence intérieure auto-guérisante ("Inner Healer")
- Comprendre les principes de base pour naviguer ces nouvelles dimensions de façon sécuritaire

Tarif: **800 €**

Incluant: les activités, l'hébergement 5 jours/4 nuits et tous les repas préparés à base de produits frais de la région.

Informations et inscriptions:

+41 (0) 76 734 30 36
info@opmd.net
www.opmd.net