



Il Breathwork sciamanico è un approccio affascinante che unisce la saggezza ancestrale delle tradizioni sciamaniche alla potenza trasformatrice della respirazione consapevole. Questa tecnica mira a indurre stati di trance e a facilitare l'accesso a dimensioni sottili della realtà, permettendo una profonda connessione con gli spiriti della natura, le guide spirituali e le forze di guarigione.

Durante una seduta di Breathwork sciamanico, il praticante guida il partecipante in una respirazione ritmica e intensificata, spesso accompagnata da tamburi, canti sacri e rituali specifici. L'obiettivo è creare uno spazio sacro e favorire uno stato di coscienza alterato, propizio all'esplorazione dei mondi invisibili e alla ricezione di messaggi o visioni.

Nel corso della sessione, il partecipante può vivere esperienze intense e varie, che vanno dalla percezione di presenze spirituali alla riviviscenza di memorie ancestrali, passando per sensazioni fisiche potenti ed emozioni profonde. Queste esperienze sono considerate opportunità di guarigione, di trasformazione e di riconnessione con la propria vera natura.

Il Breathwork sciamanico si basa sulla credenza che tutto nell'universo sia interconnesso e animato da una forza vitale. Collegandosi a questa energia primordiale attraverso la respirazione e le pratiche sciamaniche, diventa possibile ristabilire l'armonia tra corpo, mente e anima, così come tra l'individuo e il mondo naturale.

I praticanti di Breathwork sciamanico sono spesso formati nelle tradizioni ancestrali e hanno una profonda conoscenza delle piante sacre, degli spiriti alleati e delle tecniche di guarigione energetica. Agiscono come guide e facilitatori, aiutando i partecipanti a navigare nei territori sconosciuti della loro psiche e ad integrare gli insegnamenti ricevuti durante i viaggi sciamanici.

È importante notare che il Breathwork sciamanico non è una pratica da prendere alla leggera. Richiede un ambiente sicuro, un praticante esperto e una preparazione adeguata. I partecipanti devono essere aperti di mente, pronti a lasciar andare e ad affrontare le loro ombre interiori. È anche essenziale rispettare le tradizioni e i protocolli sciamanici, così come coltivare un atteggiamento di gratitudine e reciprocità verso gli spiriti e le forze della natura.

Integrando il Breathwork sciamanico in un processo di sviluppo personale o di guarigione, è possibile accedere a livelli profondi di saggezza, di trasformazione e di connessione con il vivente. Questa pratica potente ci invita ad abbracciare la nostra natura selvaggia, ad onorare le nostre radici ancestrali e ad risvegliarci al nostro ruolo di custodi della Terra.

Ecco un esempio concreto per illustrare la potenza del Breathwork sciamanico: Durante un ritiro in natura, una partecipante di nome Sophie ha vissuto un'esperienza trasformatrice. Guidata dalla respirazione e dai canti sacri, ha sentito un'energia potente salire lungo la sua colonna vertebrale. All'improvviso, ha avuto la visione di un maestoso aquila che le ha trasmesso un messaggio di libertà e coraggio. Integrando questa esperienza, Sophie ha trovato la forza di lasciare un lavoro tossico e di seguire la sua vera via. Il Breathwork sciamanico le ha permesso di riconnettersi alla sua saggezza interiore e di riallineare la sua vita con la sua anima.

Punti da ricordare:

1. Il Breathwork sciamanico combina la saggezza delle tradizioni sciamaniche e la respirazione consapevole per indurre stati di trance e accedere a dimensioni sottili della realtà.
2. Durante una sessione, il praticante guida il partecipante in una respirazione ritmata e intensificata, spesso accompagnata da tamburi, canti sacri e rituali specifici, creando uno spazio sacro propizio all'esplorazione dei mondi invisibili.
3. I partecipanti possono vivere esperienze intense e varie, considerate opportunità di guarigione, di trasformazione e di riconnessione con la loro vera natura.
4. Il Breathwork sciamanico si basa sulla credenza nell'interconnessione di tutto nell'universo e mira a ristabilire l'armonia tra il corpo, la mente, l'anima e il mondo naturale.
5. I praticanti, formati nelle tradizioni ancestrali, agiscono come guide per aiutare i partecipanti a navigare nella loro psiche e ad integrare gli insegnamenti ricevuti durante i viaggi sciamanici.

6. Questa pratica richiede un ambiente sicuro, un praticante esperto, una preparazione adeguata e un atteggiamento di gratitudine e reciprocità verso gli spiriti e le forze della natura.

7. Il Breathwork sciamanico può permettere l'accesso a livelli profondi di saggezza, di trasformazione e di connessione con il vivente, invitando ad abbracciare la nostra natura selvaggia e a risvegliarci al nostro ruolo di custodi della Terra.