



Formación en Psicoterapia *Respiratoria*®

La respiración auténtica como vía de desbloqueo bio-psico-emocional.

CURSO 26/27 · 14ª PROMOCIÓN

COMIENZO: 6 DE OCTUBRE

MARTES DE 20:00 A 22:00 H · ONLINE EN DIRECTO

9 MÓDULOS · 80 HORAS

«Cuando la biomecánica respiratoria es orgánica y natural, podemos decir que es la madre de las medicinas.»

¿Qué es la Psicoterapia *Respiratoria*?

La Psicoterapia Respiratoria es el método original creado por el psicólogo Carlos Velasco. Es un sistema bio-psico-emocional que ofrece un modelo para volver a la respiración natural, mediante el desbloqueo psicossomático de la biodinámica respiratoria. Para ello, se debe evaluar el patrón respiratorio de la persona y devolverle la forma natural de respirar.

Para lograr esto, las estructuras físicas, fundamentalmente las relacionadas con la biodinámica respiratoria (abdomen, tórax, mandíbulas, garganta, etc.), deben volver a su posición natural y recuperar su estructura y ajuste adecuado; entonces, su funcionamiento será óptimo, para así brindar una biomecánica respiratoria natural, verdadera y auténtica.

Cuando la biomecánica respiratoria es orgánica y natural, podemos decir que es la madre de las medicinas.

INTRODUCCIÓN GENERAL

El ser humano es un ser de **aliento, memoria y consciencia**. Cada respiración revela la historia de nuestra biografía corporal, familiar y espiritual. La respiración natural no es solo un acto fisiológico: es la **expresión dinámica de lo heredado y lo aprendido**, el puente entre lo que recibimos y lo que podemos transformar.

La **Psicoterapia Respiratoria** estudia esta profunda relación entre la herencia genética, la historia emocional del linaje y la biomecánica del aliento. En este enfoque, la respiración se convierte en el hilo conductor que une **epigenética, psicogenealogía, transgeneracionalidad, biomecánica respiratoria y eneagrama**, mostrando cómo los conflictos no resueltos del pasado se inscriben en la forma del cuerpo y en el modo de respirar.

Comprender también la respiración como **memoria viva del linaje** nos permite sanar desde dentro: reconocer, liberar y transformar lo heredado, devolviendo al cuerpo su diseño original y alineándolo con el decreto.

Estos tres conceptos –**epigenética, transgeneracionalidad y psicogenealogía**– se entrelazan, pero actúan en diferentes planos –biológico, psíquico y simbólico– de la transmisión de la memoria a través de las generaciones.

Teórico · práctico · *vivencial*

La formación es teórico-práctico-vivencial y cumple un doble objetivo: es una herramienta en lo profesional y también un proceso psicoterapéutico personal. Durante el desarrollo del diagnóstico y tratamiento de la biomecánica respiratoria se produce un desbloqueo bio-psico-emocional que puede aprovecharse para el propio proceso psicoterapéutico o de autoconocimiento, y también como ejemplo de aplicación de la Psicoterapia Respiratoria en otros procesos psicoterapéuticos.

La formación se estructura en 9 módulos, uno por mes. Cada mes investigaremos un segmento y su influencia en la biomecánica respiratoria. En cada módulo se enviará material didáctico.

Contenido: cada mes (4 clases de 2 horas cada una) investigaremos un segmento y su influencia en la biomecánica respiratoria.

COMIENZO

6 de octubre

DÍA Y HORA

Martes de 20:00 a 22:00 h

DURACIÓN

80 horas en total

APORTACIÓN

III € por módulo · 10 % de descuento por el pago de todo el curso en el primer módulo

Las últimas 8 horas serán de supervisión en grupo de los trabajos presentados; es de gran interés para todos.

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Sanitarios (fisioterapeutas, psicoterapeutas, psicólogos, médicos, enfermeros, naturópatas, etc.); practicantes de yoga, qigong y otras disciplinas internas; personas interesadas en la aplicación de técnicas somáticas en psicoterapia. A toda persona con necesidad en lo personal, sin ánimo de ejercer.

Requisitos para obtener la certificación en Psicoterapia *Respiratoria*

- Cumplimentar el cuestionario de 63 preguntas.
- Realizar el pago del curso.
- Asistir a todas las sesiones (acceso a las grabaciones).
- Leer y completar tareas relacionadas con las lecturas recomendadas.
- Realizar los trabajos asignados en cada módulo (9 módulos).
- En el primer módulo, cada estudiante deberá grabarse tres vídeos, de aproximadamente 3 minutos de duración cada uno:
 - El primero, respirando de forma involuntaria o espontánea, tal como respira habitualmente.
 - El segundo, realizando una respiración voluntaria, procurando soltar las tensiones innecesarias del cuerpo.
 - El tercero, realizando una respiración voluntaria acelerada (hiperventilación).

Estos vídeos servirán como registro inicial (*baseline*) para comparar los cambios producidos al finalizar la formación. Su finalidad es observar la evolución de la biodinámica respiratoria, así como los cambios en la salud física, psicoemocional y espiritual.

- A lo largo de la formación, cada estudiante deberá grabar en vídeo, evaluar y documentar por escrito al menos 3 sesiones de Psicoterapia Respiratoria realizadas con pacientes (o más, si lo desea), incluyendo el proceso completo de evaluación, intervención y tratamiento. Asimismo, deberá realizar 3 sesiones grupales, de aproximadamente 3 horas de duración cada una, en las que llevará a cabo la evaluación inicial del grupo y enseñará los principios de la respiración correcta según la Psicoterapia Respiratoria®.
- Mantener un diario con un registro de 21 o más prácticas respiratorias personales a lo largo del curso, destacando la aplicación de las herramientas de la Psicoterapia Respiratoria y sus efectos beneficiosos en lo físico y psicoemocional.
- Adquirir un entendimiento claro de la Psicoterapia Respiratoria, su aplicación y los beneficios que aporta.

QUIÉN IMPARTE

Carlos *Velasco*

Carlos Velasco es psicólogo, psicoterapeuta y naturópata; ha investigado la biomecánica respiratoria por más de 30 años.

Su libro ***Las enseñanzas del caballero de la armadura oxidada*** (Obelisco) se encuentra actualmente en su 15ª edición.

ENLACES

RECORRIDO PROFESIONAL

psicoterapiarespiratoria.com/post/curriculum-vitae-carlos-velasco-psicologo

WEBSITE

psicoterapiarespiratoria.com

YOUTUBE

youtube.com/@psitranspersonal

EL PROGRAMA

Los 9 módulos

- 1. Todo el cuerpo
- 2. El tronco y sus tres anillos (lumbo/abdominal/pélvico, intercostal y costoclavicular)
- 3. Diafragmático
- 4. Intercostal-clavicular
- 5. Cintura abdominal o anillo lumbo-abdominal
- 6. Pélvico
- 7. Cervical o cuello
- 8. Oral o bucal
- 9. Ocular o visual

Los 7 segmentos del cuerpo humano

Fundamentos generales, embriología y biomecánica respiratoria

FUNDAMENTOS GENERALES

- Introducción a la Psicoterapia Respiratoria.
- Origen, definición y principios de la Psicoterapia Respiratoria.
- La visión occidental y oriental de la respiración fisiológica.
- La respiración a lo largo de la historia del ser humano.

El cuerpo: un libro que refleja nuestra historia biográfica

- Todo pensamiento está impregnado de una emoción.
- Cartografía corporal de las emociones y su relación con la biomecánica respiratoria.
- La relación entre la respiración y la vida afectiva: emociones y sentimientos.

EMBRIOLOGÍA

- Desarrollo embrionario de los pulmones y su evolución postnatal.
- Cómo el trauma fetal puede afectar la biomecánica respiratoria.
- Evolución de la respiración a lo largo de las distintas fases de la vida: no nacido, recién nacido, infancia y adolescencia, adulto, anciano.
- El trauma de nacimiento y su impacto en la biomecánica respiratoria.

BIOMECÁNICA RESPIRATORIA

- Introducción a los 7 segmentos corporales en Psicoterapia Respiratoria.
- Las dimensiones de la biodinámica respiratoria.
- Estudio de los cuatro y siete diafragmas del cuerpo.
- Principales parámetros biomecánicos de la respiración.
- Introducción a los 8 pilares fundamentales del diagnóstico en Psicoterapia Respiratoria.
- Introducción a las 40 claves/argumentos que justifican la inhalación expansiva por los seis lados del tronco.
- Nociones esenciales de anatomía y fisiología vinculadas a la biomecánica respiratoria.
- Estudio del movimiento respiratorio del tronco y de la columna vertebral.

Regulación de la respiración e intercambio gaseoso

- Ventilación.
- Transporte.
- Respiración celular.
- **Protocolo completo de evaluación, diagnóstico y psicodiagnóstico** desde la Psicoterapia Respiratoria.
- Errores comunes en la enseñanza de la respiración biomecánica:
 - Respiración exclusivamente abdominal.
 - Exclusivamente del segmento diafragmático.

- Exclusivamente torácica (costoclavicular).
- En tres tiempos.
- **Protocolo de chequeo y tratamiento de la biomecánica respiratoria.** La inhalación natural (voluntaria o involuntaria) debe ser descendente hacia la zona lumbar y expansiva en los seis lados del tronco, formando una campana inhalatoria unificada en un solo tiempo.

PROTOCOLO DE TRATAMIENTO

- Chequeo y tratamiento integrativo de la biomecánica respiratoria.
- Retorno a la respiración libre, natural y orgánica mediante el desbloqueo psicossomático.
- Contraste entre la respiración natural y completa en un solo tiempo y las formas erróneas fragmentadas: abdominal, costoclavicular y clavicular o en tres tiempos.
- Múltiples beneficios de la biodinámica respiratoria contemplados desde la Psicoterapia Respiratoria.
- Introducción a la voz corporeizada.

El tronco y sus tres anillos

Lumbo-abdominal-pélvico, diafragmático y costoclavicular

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL TRONCO

- Descripción anatómica del tronco y sus tres anillos funcionales.
- Dos espacios o “cajas respiratorias”:
 - Caja lumbo-abdominal-pélvica.
 - Caja torácica.
- Reflexión sobre la dimensión mayor y el rol fundamental de la caja lumbo-abdominal-pélvica respecto a la torácica.
- El diafragma como interespacio que une o separa ambas cajas.
- Cómo debe expandirse y contraerse todo el tronco de forma unificada, en una sola fase respiratoria natural.
- La inhalación natural es descendente hacia la zona lumbar y expansiva hacia los seis lados del tronco.
- Diferencias entre respiración vertical, horizontal y mixta.
- Binomio funcional:
 - Diafragma y arco respiratorio (parrilla intercostal).
 - Diafragma y psoas.
- Existen más músculos inhaladores que exhaladores: desequilibrio funcional.
- En el alto rendimiento deportivo, no se cultivan suficientemente la musculatura espiratoria ni el parénquima pulmonar.

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, caracterología y psicósomática

- Los 8 pilares fundamentales del diagnóstico en Psicoterapia Respiratoria.
- Concordancia entre patrones respiratorios y esquemas de carácter (introducción).
- Análisis de los aspectos psicoemocionales reflejados en el tronco.

PATRONES RESPIRATORIOS

- **Patrón natural, instintivo y original** de la biomecánica respiratoria.
- Clasificación de los cuatro tipos de patrones respiratorios.
- Respiración aislada/segmentada en los tres niveles: alta, media y baja.
- Tipos psicológicos respiratorios según la fijación en apnea, inhalación o exhalación.
- Identificación y tratamiento de la respiración paradójica.

TRATAMIENTO

- Inhalación natural descendente hacia la zona lumbo-sacra, expansiva hacia los seis lados del tronco, y realizada en un solo tiempo respiratorio.
- Movimiento de expansión y contracción simultánea del tronco completo.

- El cuerpo como cartografía emocional viva: acceso terapéutico desde la conciencia respiratoria.

Segmento diafragmático

El segundo corazón · centro de transmutación y apertura

ANATOMÍA Y FUNCIONES

- Estudio de los cuatro sectores del diafragma (hemidiafragmas).
- Los senos costodiafragmáticos y su función en la biomecánica respiratoria.
- Función esencial del diafragma en el proceso respiratorio.
- El diafragma como segundo corazón, por su capacidad hemodinámica.
- Relación con el plexo solar, las glándulas suprarrenales y el páncreas.
- Las dimensiones del diafragma y su movilidad tridimensional.

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, coraza muscular y psicósomática

- Lo que esconde el diafragma: el gran olvidado en la medicina y la psicoterapia.
- Límites funcionales y emocionales del diafragma según la caracterología.
- El poder movilizador del diafragma sobre cuerpo, energía y emoción.
- Influencia del músculo diafragmático en:
 - La musculatura abdominal.
 - Las vísceras abdominales y torácicas.
- Relación entre columna vertebral y respiración: la diagonal respiratoria.
- Compensaciones funcionales del cuerpo ante un diafragma bloqueado.
- Enfermedades psicósomáticas asociadas a este segmento.
- Irrigación sanguínea del diafragma y su importancia en la actividad deportiva.

TRATAMIENTO

- Protocolo específico de Psicoterapia Respiratoria para el desbloqueo del segmento diafragmático.
- Desbloqueo y decodificación de traumas psicoemocionales almacenados en esta región.
- Una biomecánica respiratoria correcta mejora:
 - La postura corporal.
 - La movilidad del tronco.
 - La alineación de la columna vertebral.
 - El funcionamiento de las vísceras.
- Apoyo de la voz desde el sistema diafragma/suelo pélvico.
- Dimensión psicoespiritual del diafragma como centro de transmutación y apertura.
- Activación del reflejo de vómito como vía de desbloqueo involuntario de la biodinámica respiratoria.

DIMENSIÓN ENERGÉTICA

- Activación y armonización del 3.er chakra: *Manipura* (centro del poder, la voluntad y la transformación).

Segmento costoclavicular

El tórax · «el tambor del pecho» como resonador espiritual

ANATOMÍA Y FUNCIONES

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, carácter y psicósomática

- Lo que el tórax esconde: emociones retenidas, corazas y bloqueos vitales.
- Importancia de la columna vertebral en el ciclo respiratorio.
- Diagnóstico del movimiento natural vertebral y su coordinación con la respiración.
- Estudio de deformaciones torácicas y su repercusión funcional.
- Respiración costo-clavicular (respiración torácica alta): diagnóstico y reeducación.
- Sinergia entre los músculos intercostales, arco costal y el diafragma.
- Plexo solar contraído: causas, manifestaciones y abordaje.
- Enfermedades psicósomáticas en este segmento y modo de intervención terapéutica.

TRATAMIENTO

- Desbloqueo de la biomecánica respiratoria torácica y de los conflictos psicoemocionales alojados en esta zona.
- Coordinación entre el descenso del diafragma y la expansión de la caja torácica, para lograr la máxima capacidad pulmonar.
- Acompañamiento consciente en la relación terapeuta-paciente: saber estar al servicio.
- Trabajo con el neurocore: el corazón neuronal y su sincronía con la respiración.
- Saboreo y plenitud en la inhalación como vivencia de presencia y gratitud.
- Activación de la vibración vocal en el tórax: «el tambor del pecho» como resonador espiritual.

Segmento cintura abdominal

El anillo lumbo-abdominal · el secreto de los secretos

ANATOMÍA Y FUNCIONES

- Descripción anatómica y funcional del segmento lumbo-abdominal-pélvico.
- Estudio de los músculos abdominales.
- División en los cuatro cuadrantes del abdomen.
- Relación con el plexo solar y el plexo lumbar.

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, coraza muscular y psicósomática

- Protocolo de evaluación de la cintura abdominal.
- Cartografía emocional del segmento abdominal y lo que contiene.
- Vulnerabilidad del vientre como espacio psicósomático central.
- Relación psicósomática y somatopsíquica del abdomen.
- Tipología de las cinco formas de panza y su conexión con la mecánica respiratoria.
- Relación funcional entre el vientre, garganta, plexo solar y plexo torácico.
- La hiperlordosis (anteversión pélvica) dificulta el descenso del diafragma.
- El bloqueo en la cintura abdominal afecta a la caja torácica, al cuello y a la pelvis, alterando toda la biodinámica respiratoria.
- El intestino delgado como segundo cerebro.
- El microbioma intestinal como tercer cerebro, fuente de inteligencia somática.

TRATAMIENTO

- Aplicación de las 40 claves de la biomecánica respiratoria desde la Psicoterapia Respiratoria.
- El desbloqueo del segmento lumbo-abdominal libera el tronco y mejora la postura.
- Al liberar la mecánica respiratoria y realinear el cuerpo, la panza tiende a volver a su forma natural.
- El secreto de los secretos de la mecánica respiratoria está en la región lumbar, que debe expandirse naturalmente durante la inspiración.
- Ejercicio de percepción: una mano en la zona lumbar y otra en las clavículas para sentir simultáneamente la expansión en ambos extremos durante toda la inhalación.
- Cuanto más fácilmente descienda el diafragma (especialmente el hemidiafragma posterior), más capacidad respiratoria se genera, favoreciendo también el descenso del hemidiafragma anterior y la expansión completa de la caja torácica.

DIMENSIÓN ENERGÉTICA

- Activación y armonización del 2.º chakra: *Swadisthana* (centro energético del vientre, sensualidad, fluidez y energía creativa).

Segmento pélvico

Ming Men, la Puerta de la Vida · el Hara o Fogón Vital

LO QUE COMPRENDE ESTE SEGMENTO — ANATOMÍA

- El secreto de la biodinámica respiratoria reside en la estructura lumbo-abdomino-pélvica.
- Diferenciación entre pelvis falsa y pelvis verdadera.
- Zona lumbo-sacra-coxígea.
- Suelo pélvico: descenso y alargamiento desde el coxis durante la inhalación.
- Músculo psoas y su relación con el diafragma.
- Los dos esfínteres anales y el esfínter uretral.
- Plexo sacro-coxígeo y gónadas (testículos y ovarios).
- Articulación sacroilíaca.

Centros energéticos

- Ming Men, o *Puerta de la Vida*.
- Dan Dien, *Hara o Fogón Vital* (centro del ser).

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, carácter y psicósomática

- Conflictos inconscientes en el segmento pélvico y su impacto en la biodinámica respiratoria.
- Enfermedades psicósomáticas vinculadas a este segmento y su abordaje integral.

TRATAMIENTO

- Desbloqueo del segmento pélvico.
- Biomecánica de la marcha:
 - Caminar correctamente.
 - Posición de los pies: talón, planta, punta.
 - Basculación pélvica.
 - Presentar la pelvis y la coronilla al cielo.
- Relación entre pelvis, marcha y biomecánica respiratoria.
- Enraizamiento corporal desde la pelvis.
- Integración de pelvis, piernas y pies en la mecánica respiratoria.
- La forma de pisar repercute en la columna vertebral.
- Talonazos y estiramientos desde el talón.
- Movimiento Involuntario Corporal (MIC).
- Vibración generalizada, tremor y sacudidas.
- Relación entre respiración, voz y canto con la postura y el movimiento.
- Apoyo de la voz hablada, recitada y cantada desde el sistema Primal Voz.

ACTIVACIÓN ENERGÉTICA

- Activación del Hara / Dan Dien (primer centro vital).
- Activación del Ming Men o Puerta de la Vida, reservorio energético.
- Armonización del 1.er chakra: *Muladhara*.

Segmento cervical (cuello – garganta)

La voz desde el sistema Primal Voz

LO QUE COMPRENDE ESTE SEGMENTO – ANATOMÍA Y FUNCIONES

- Cuello, garganta y anillo de la nuca.
- Vértebras cervicales y la función del atlas.
- Inserciones del nervio frénico.

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, coraza muscular y psicósomática

- Concordancia entre los patrones respiratorios y el esquema del carácter.
- Relación entre tipo de carácter y tipo de respiración.
- Análisis de las tensiones en el cuello y su influencia en la biomecánica respiratoria y en la voz.

CÓMO RESPIRA CADA TIPO PSICO-MORFOLÓGICO

- Psicomorfoloía respiratoria.
- Eneagrama: los 9 eneatisos.
- Bioenergética: los 5 tipos psicológicos de Lowen/Reich.
- Somatotipos de Sheldon: ectomorfo, mesomorfo, endomorfo.
- Biotipo y psicotipo según Ernst Kretschmer.
- Tipos psicológicos junguianos (los 8 de Jung).
- Otros modelos de caracterología corporal y respiratoria.

TRATAMIENTO

- Exploración y abordaje de enfermedades psicósomáticas en este segmento.
- Desbloqueo del segmento cuello–garganta–pecho.
- Trabajo con el reflejo de vómito como vía terapéutica.

LA VOZ DESDE EL SISTEMA PRIMAL VOZ

Liberación, diagnóstico y empoderamiento de la voz

- Psicodiagnóstico a través de la voz hablada y cantada.
- Liberar la voz y potenciarla. Encuentro con la voz propia.
- Senos frontales y resonadores.
- Coordinación entre suelo pélvico y diafragma.
- Apoyo de la voz.
- Impostación vocal.
- Proyección de la voz.
- Consciencia y sensibilidad para hacer vibrar voluntariamente cada una de las cuerdas vocales.
- Desarrollo de las cualidades expresivas y resonantes de la voz.

CUERPO, VIBRACIÓN Y VOZ

- Vibración generalizada (tremor).
- Emisión de la voz desde el pecho.
- Canto Primal.
- Técnicas respiratorias aplicadas a la voz y al canto en Oriente y Occidente:
 - *Pranayama*.
 - Respiración Holotrópica.
 - Respiración Holopránica.

DIMENSIÓN ENERGÉTICA Y ESPIRITUAL

- Activación y armonización del **quinto chakra: Vishuddha** (chakra laríngeo).

Segmento oral

La ATM, el anillo de la nuca y el Gran Prana

LO QUE COMPRENDE ESTE SEGMENTO — ANATOMÍA Y FUNCIONES

- Articulación temporomandibular (ATM) y su relación con la biomecánica respiratoria.
- Músculos profundos de la nuca.
- Senos faciales.
- Raíz de la lengua y lengua.
- Glándulas salivales y la función de la saliva.
- Relación entre glándulas salivales, respiración y sistema parasimpático.
- Postura corporal y su relación con la boca.
- Centro Respiración (CR).
- El oído.

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, coraza muscular y psicósomática

- Conflictos psicoemocionales y psicomatizaciones en este segmento.
- La posición de la cabeza respecto al cuello, y cómo el bloqueo en su unión afecta la mecánica respiratoria.
- Problemas mandibulares y dentales (problemática odontológica).
- Psicomatización de la voz.

TRATAMIENTO

- Desbloqueo del segmento ATM / anillo de la nuca.
- La mandíbula en relación con la respiración, la voz y la audición.
- Cosmovisión: el ser humano, la creación y el Gran Prana.
- El poder curativo de la respiración.
- El cuerpo como instrumento musical, vibracional y espiritual.
- Canto Sacro Inspirado, Poesía Inspirada, Canto Primal, cantos chamánicos.
- Hiperventilación y apnea como medios para la expansión de la conciencia.

Segmento ocular

La mirada, la glándula pineal y el líquido cefalorraquídeo

LO QUE COMPRENDE ESTE SEGMENTO

- Anatomía del cráneo.
- Músculos oculares y músculos profundos de la nuca.
- Músculo elevador del ala de las narinas.
- Inhalar por la nariz: se exponen 18 razones fundamentales para ello.
- Glándulas lacrimales.
- Los cuatro ventrículos cerebrales y la circulación del líquido cefalorraquídeo (LCR).
- El movimiento de arqueado de la columna vertebral durante la biomecánica respiratoria sigue el mismo patrón de arqueado que la respiración primaria del LCR.
- Sincronía entre la bomba del LCR y la bomba respiratoria.
- Estudio de la glándula pineal y la hipófisis.

EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y PSICODIAGNÓSTICO

Emociones, coraza muscular y psicósomática

- Historia biográfica de las psicomatizaciones y su influencia en la mecánica respiratoria.
- El segmento ocular es uno de los más sensibles a los traumas infantiles.
- El rostro es la parte más noble del cuerpo, y lo más significativo en él es la mirada, que está sutilmente conectada con el corazón.
- En la mirada puede percibirse luz u oscuridad, salud o neurosis, la emergencia del ser o la presencia del ego.
- El estado de ánimo influye en la mecánica respiratoria, y la mecánica respiratoria influye en el estado de ánimo.

TRATAMIENTO · RESPIRACIÓN Y ESPIRITUALIDAD

- Desbloqueo del segmento craneocervical para favorecer una mejor biomecánica respiratoria.
- Sentir el bombeo del corazón y del líquido cefalorraquídeo (LCR) en el cráneo.
- Ser conscientes de la respiración nos permite ser conscientes en la vida cotidiana.
- Mantener el tronco en vertical y realizar micromovimientos en la inserción del cuello con el cráneo.
- Respirar y mirar desde el entrecejo.
- Sanar a través de la mirada.
- Cultivar la coherencia respiratoria y la coherencia cardíaca: sintonía entre mirada, corazón y respiración.
- Sanación mediante el aliento pránico, el chakra de la mano, la voz y el Canto Primal.
- Equilibrio del centro frontal y del coronario (sexto y séptimo chakras: *Ajna* y *Sahasrara*).

C I E R R E

La respiración es la madre de las medicinas.

CONTACTO E INSCRIPCIONES

Psicoterapia Respiratoria® · Carlos Velasco Montes

psicoterapiarespiratoria.com · youtube.com/@psitranspersonal

Curso 26/27 · 14ª promoción · Comienzo 6 de octubre · Online en directo