



Red Ilimitada

¡por una vida consciente!

Respiración Ilimitada: Crea la vida que deseas



Una poderosa herramienta para crear la vida que deseamos

Muchos de nosotros pensamos que nuestra vida es más o menos satisfactoria. ¿Por qué plantearnos entonces desestabilizar nuestra zona de confortabilidad para entrar en un proceso en donde no sabemos que puede ocurrir?

Como seres humanos, tenemos limitaciones que nos impiden ser, tener o conseguir lo que decimos que queremos. Aún con una vida aceptable, no cabe duda de que podemos dar más de nosotros mismos.

Tratar de ser mejores, de hacer más cosas, o perseguir nuevos y desafiantes objetivos, nos da una sensación de crecimiento y evolución.

Son innumerables los medios a nuestro alcance hoy, que nos permiten acrecentar nuestros conocimientos y obtener sabiduría intelectual. Disponemos de una oportunidad que, en generaciones pasadas, no estaba disponible para todos. No obstante, existen otros factores que influyen en nuestro crecimiento como seres humanos y que, desgraciadamente, descuidamos con tanta información y tecnología.

El mundo sensitivo, el de la experiencia, el de los sentimientos y emociones, cada día tienen menos espacio dentro de la rutina diaria que nos envuelve con lo "urgente", olvidándonos en muchos casos de lo "importante".

Dicen los expertos en física cuántica, que no sólo los pensamientos tienen un impacto en la "realidad" que manifestamos, sino que también nuestros sentimientos y emociones juegan un papel relevante en nuestra capacidad de crear esa realidad. Es por ello que, ser más sabio intelectualmente no nos aporta necesariamente el 100% del "bienestar" que deseamos. Necesitamos alinear lo que pensamos con lo que sentimos.

La Respiración Ilimitada nos permite acceder con facilidad a las sensaciones y emociones, además de proporcionarnos información sobre quiénes somos, cuáles son nuestros valores, nuestras cualidades y limitaciones, nuestros deseos más profundos.

Su práctica

La Respiración Ilimitada es una herramienta sencilla y poderosa que combina la respiración natural como "aliento de vida", junto a nuestra capacidad creadora a través del pensamiento y de las emociones. Una sesión se desarrolla en 45 minutos de respiración consciente y conectada, en un espacio de "no acción", relajados y abiertos a descubrir y sentir nuevas experiencias. Con la respiración incrementamos el nivel energético en nuestro cuerpo, permitiendo que ese exceso de energía realice un trabajo holístico, facilitándonos conexiones con nuestro subconsciente y sanado memorias celulares.

Físicamente, nos sentimos más vivos y sanos; emocionalmente, más francos y honestos; mentalmente, más claros y conscientes de nuestro sistema de creencias; y espiritualmente, sean cual sean nuestras convicciones religiosas, más realizados y conectados con nosotros mismos.

Sus orígenes

Las técnicas de respiración consciente, aún habiendo sido utilizadas desde hace milenios en numerosas culturas orientales y prácticas espirituales, no fueron conocidas en occidente hasta la década de los 70. En esos años, se inició un profundo trabajo de investigación práctica dando como origen al *Rebirthing* o Renacimiento. Paralelamente a la expansión del Renacimiento, surgieron numerosas técnicas de respiración consciente, que son utilizadas en nuestros días por millones de personas en el mundo. En ciertos países, como Suecia, ya son aceptadas como tratamiento alternativo por las aseguradoras privadas y estatales por su demostrado poder de sanación.

Practicar algunas sesiones de Respiración Ilimitada con un profesional cualificado, ya sean individuales o de grupo, son suficientes para constatar el poder transformador de nuestra respiración, permitiéndonos así, comenzar a crear una vida ilimitada.

Manuel Atienza Vizarro
Profesional de la Respiración y Gerente de Red Ilimitada

Apartado de Correos 2028, 28080 Madrid
Teléfono móvil: 678 55 68 91
Mail: manuel@redilimitada.com
www.RedIlimitada.com