

PERCORSO FORMATIVO

il giardino di Ortis - SCUOLA DI REBIRTHING



Indice

| | |
|--|---|
| PREMESSA | 2 |
| Percorso formativo VANTAGGI E BENEFICI | 3 |
| PROGRAMMA 2021 E COSTI | 4 |
| Primo anno | 4 |
| Secondo anno | 6 |



EMANUELA PONZONE

Trainer della Scuola di Rebirthing

La scuola di Rebirthing Respirolibero, è stata concepita e fondata da Emanuela Ponzone.

Il termine Rebirthing fu coniato dal suo fondatore Leonard Orr a metà degli anni '70 per indicare la possibilità di rivivere il momento della propria nascita tramite la pratica della respirazione circolare

e consapevole. Una volta sperimentato il nostro primo respiro andiamo ad integrare quel primo grande cambiamento e quindi, in un certo senso, veniamo nuovamente alla luce.

Ciò è senz'altro corretto, ma noi della scuola Respirolibero crediamo che la rinascita sia un processo continuo, che va coltivato consapevolmente e incoraggiato continuamente. La nostra prima respirazione e;' stata una vera e propria dichiarazione di autonomia ed indipendenza. Ogni volta che respiriamo sviluppiamo sempre questa energia, l'energia della rinascita. Praticare il Rebirthing significa accettare quel processo di rinnovamento vitale ogni giorno della nostra vita.. Il respiro è un atto che compiamo in ogni momento, è sempre nuovo, è sempre rigenerante: è l'emblema stesso della vita e della libertà di essere, per scelta. La scuola di formazione Rebirthing "Respirolibero" insegna a padroneggiare non solo la pratica del respiro circolare, ma a comprenderne l'essenza di libertà: il respiro consapevole non è solo aria che rigenera i tessuti cellulari, ma è una vera e propria risorsa che possiamo scegliere di adoperare consciamente per il nostro ben-essere. La scelta di rinascere, di lasciare andare i nostri vecchi abiti e le nostre false certezze può avvenire solo in un contesto di libertà consapevole, la stessa che il Rebirthing praticato nella Scuola di Rebirthing Respirolibero , ci può portare a sperimentare.

PREMESSA

Il percorso formativo per diventare Rebirther è affidato alla Scuola di Rebirthing respirolibero, promosso dall'Associazione Italiana Rebirther AIREB.

L'associazione italiana rebirthing AIREB è un ente di formazione accreditato presso il Comitato Tecnico Scientifico Regione Lombardia in materia di discipline Bio- Naturali.

Il percorso è caratterizzato da un corso di studi di 2 anni più tirocinio e permette di raggiungere alti standard di preparazione idonei per lo svolgimento della professione di Operatore Rebirther.

Il programma ed il monte ore soddisfa le "Norme in materia di Discipline Bio Naturali" della Legge 2/2005 della Regione Lombardia; iscritta al registro degli enti tenuto dal comitato tecnico scientifico sulle discipline bio naturali della regione Lombardia e questo consente ai nostri allievi di iscriversi agli elenchi di operatori in Discipline Bio Naturali della Regione Lombardia senza ulteriori qualifiche*.

* I Registri Regionali non trasformano la professione di operatore in DBN in una professione regolamentata; la professione in DBN resta una libera professione, inquadrabile nelle norme previste dalla Legge Nazionale 4/2013. L'iscrizione al Registro Regionale Operatori della Regione Lombardia costituisce una importante garanzia per l'utente perché:

1. prevede un controllo preventivo della formazione e dell'esperienza lavorativa dell'operatore da parte della Regione Lombardia, ente deputato al rilascio delle Attestazioni di Competenza.
2. il controllo preventivo è gestito dal Comitato Tecnico Scientifico, ovvero l'organismo formato dai maggiori "esperti" del settore, quindi di un organismo che garantisce una rappresentanza ampia di tutte le discipline e di tutti i soggetti interessati.
3. è un Registro Istituzionale, unico esistente in Italia e in Europa, a fronte degli innumerevoli elenchi privati gestiti da Associazioni Professionali e altri Enti di diritto privato che sono sostanzialmente autoreferenziali, ovvero garantiscono per sé stessi e per i propri iscritti.

IL REBIRTHING

Il Rebirthing (letteralmente rinascere) è una disciplina olistica iscritta nei Registri delle Discipline bio-naturali della Regione Lombardia.

Con la parola olistica, si intende un modo di vedere l'essere umano nella sua interezza e di considerare quindi tutte le sue dimensioni: fisica, mentale, energetica e spirituale. Il Rebirthing quindi è un metodo di crescita personale che agisce in modo completo.

Il Rebirthing è principalmente una pratica di respiro circolare, che induce uno stato di rilassamento fondendo armoniosamente inspirazione ed espirazione, sciogliendo le tensioni. Respirare è fondamentale per vivere. Il respiro è la nostra espressione vitale principale. Un corpo senza respiro è un corpo senza vita. Più il nostro respiro è fluido, profondo e consapevole, più la nostra vita diventa



Percorso formativo | VANTAGGI E BENEFICI

La scuola si compone di un percorso biennale (280 ore) che include una formazione specifica per ciascun anno scolastico.

Essa offre la possibilità di padroneggiare la tecnica e gli insegnamenti del Rebirthing come grande occasione di crescita personale (primo anno) o di diventare Rebirthers, operatori olistici del respiro, in grado di operare professionalmente e di insegnare. (secondo anno)

Al termine del primo anno formativo viene rilasciato l'Attestato di Rebirthing 1° anno.

Tale attestato non abilita a rilasciare sedute professionali, ma è una certificazione di un percorso di crescita personale, al termine del quale il praticante avrà conseguito:

- nozioni generiche di Rebirthing e tecnica del respiro circolare e consapevole
- maggiore consapevolezza sulle proprie potenzialità e maggiore autostima
- padronanza di dinamiche relazionali con l'autorità parentale e l'ambiente circostante
- in generale una visione del mondo rinnovata, limpida e più libera da credenze limitanti

Al termine del secondo anno formativo verrà rilasciato l'Attestato di Rebirthing 2° anno - con abilitazione operativa.

Al termine del tirocinio, della supervisione e dell'elaborazione della tesi seguita dalla valutazione finale, verrà conseguito l'**Attestato di Rebirther Operatore del Respiro con l'iscrizione all'Albo Professionale dell'AIReb, Associazione Italiana Rebirthing, e la possibilità di iscriversi ai Registri delle Discipline Bionaturali della Regione Lombardia.**

Il Rebirther Operatore del Respiro è un operatore di discipline bio-naturali in grado di favorire un percorso di crescita personale e spirituale per mezzo della tecnica del respiro circolare e consapevole. Il Rebirther accompagna il praticante alla scoperta della propria respirazione completa, profonda fluida e rilassata. Egli facilita, aiuta, sostiene, accoglie, accetta, non giudica e si impegna a vivere il momento presente. Il Rebirther è in possesso di adeguata formazione professionale e personale, è colui che pratica con costanza la respirazione circolare e consapevole e che, periodicamente, svolge un percorso personale di aggiornamento professionale.

L'Attestato di Rebirther Operatore del Respiro con formazione professionale consente di:

- Riconoscere e trattare le varie patologie del respiro, individuandone i sintomi anche in ottica psicosomatica
- Predisporre un percorso di crescita personale per il singolo cliente trattato, seguendolo nei vari passi favorendone l'aumento di consapevolezza, autostima e maturità
- Porsi correttamente nell'ambito della relazione d'aiuto del singolo cliente trattato, in modo da poter stabilire un contatto empatico e poterlo guidare nella comprensione delle proprie dinamiche interiori

il giardino di Ortis - SCUOLA DI REBIRTHING

- Condurre sedute collettive, seminari ed esercizi di gruppo volti ad un'armonizzazione globale di qualunque ambiente, favorendo così le relazioni interpersonali nelle più svariate realtà lavorative, socio-culturali, sanitarie, educative e olistiche
- Applicare diverse tecniche di respiro circolare a seconda del contesto o della dinamica analizzata nella relazione col soggetto trattato, integrandole con conoscenze specifiche inerenti a musica, suoni, meditazioni, esercizi fisici e discipline olistiche orientali
- Acquisire specifiche nozioni spirituali in modo da poter condurre, nell'ambito del percorso di crescita concordato col cliente, il soggetto trattato ad una visione più ampia della realtà sia oggettiva che personale, ad un'ampliata coscienza delle proprie possibilità umane, cognitive, emozionali e volitive, ad uno sviluppo del rapporto con le componenti spirituali presenti nella propria intima natura, nella propria vita e nel macrocosmo a lui circostante

Inoltre essendo il Rebirthing riconosciuto come Disciplina Bio-naturale, presso il Comitato Tecnico Scientifico della Regione Lombardia, può porsi come operatore olistico del respiro ed eventualmente proporsi ed inserirsi in realtà molto differenziate, come quella socio-sanitaria, aziendale, educativa e olistica, etc...

PROGRAMMA 2021 E COSTI

E' prevista **una giornata al mese (domenica) ed un incontro serale durante il mese, il martedì sera**, che è possibile anche frequentare su zoom, se si abita troppo lontano.

La rata della scuola, è di 100 euro al mese. Al momento dell'iscrizione pagherai 100 euro in più, a titolo di caparra. Questa cifra ti verrà detratta al termine degli incontri del primo anno, nel senso che non pagherai l'ultimo mese. Tutti scelgono questa modalità di pagamento, esiste anche la possibilità di rateizzare in due o tre tranches, oppure pagare tutto subito, con uno sconto. Nella rata mensile è compreso il seminario del mese, la serata, altri incontri che faremo, un libro, la documentazione della scuola, sostegno, etc.

Al termine del primo anno (crescita personale) ,si può completare, oppure scegliere se continuare per ricevere l'attestato finale ed operare come **Rebirther operatore del respiro**.

Primo anno

- ▶ **31 gennaio - Incontro Introduttivo:** il Rebirthing, una pratica straordinaria
Le basi del Rebirthing - Teoria e Pratica La storia (da dove arriva, cenni storici, come si è diffuso nel mondo), il respiro circolare ed i suoi benefici. Si può recuperare online.
- ▶ **28 febbraio - La nascita ed i condizionamenti:** come la nascita influenza la nostra vita, i traumi di nascita, le menzogne personali, il rapporto con la madre e con chi ci mette al mondo; il rapporto col primo respiro - ci prepariamo alla Rinascita in Acqua Calda.

il giardino di Ortis - SCUOLA DI REBIRTHING

- ▶ **14 marzo - Rebirthing in acqua calda:** (location da definirsi) seminario utile per stimolare il perdono nei confronti del parto e delle emozioni collegate a questo evento; rivivere sensazioni legate alla vita intra-uterina ed alla propria nascita, un corso per ammorbidire, accogliere, sensibilizzare, aprire la nostra respirazione, ecc...
- ▶ **18 aprile - Pensiero creativo:** la scelta di pensare, come funziona la mente, credenze limitanti che attraggono risultati negativi, liberarsi da blocchi emotivi legati ai vecchi pensieri -obsoleti e tossici, che non vanno più bene per noi. Aprirsi alla nostra VERITA' ETERNA, abbandonando le nostre MENZOGNE PERSONALI., e tutto quello che non ci fa essere la persona meravigliosa che SIAMO, nel presente QUI ED ORA.
- ▶ **23 maggio - Perdono e lavoro con i propri genitori**
- ▶ **12/13 giugno - Residenziale con elementi:** (location da definirsi) corso residenziale lo e gli elementi - seminario nella natura contattando gli elementi terra, acqua aria e fuoco, per purificarsi , rigenerarsi e recuperare energia, respiro in acqua fredda
- ▶ **4 luglio - Prosperità e lavoro sul denaro**
- ▶ **29 settembre - Fisiologia del respiro , il respiro ed il corpo fisico:** esplorare la respirazione, posizioni della respirazione, osservazione e analisi del respiro, interventi per ampliare il respiro, lettura energetica della respirazione, esercizi per aumentare l'energia vitale, utilizzo consapevole del proprio respiro, come gestire una seduta individuale.
- ▶ **24 ottobre - Bambino interiore:** contattare la propria parte interiore che non ha avuto la possibilità di svilupparsi, riconoscerla e integrarla con la parte "adulta"; imparare a coccolarsi e a darsi le attenzioni necessarie per recuperare la parte più giocosa e creativa di noi, spesso accantonata o relegata in un angolo remoto della nostra vita.
- ▶ **21 novembre - Amarsi per imparare ad amare e autostima:** cosa ci impedisce di amarci e dare più valore a noi stessi; aprirsi all'amore incondizionato e trovare il nostro posto come particella d'amore nell'universo; amore come stato di consapevolezza; imparare a ricevere
- ▶ **27 novembre - serata ore 20.30 - 21.30**

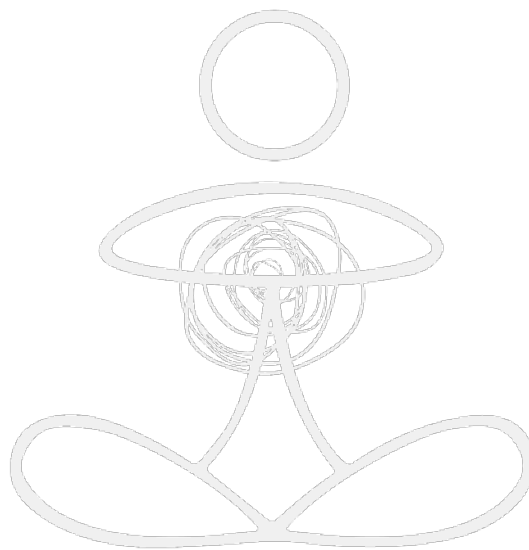
il giardino di Ortis - SCUOLA DI REBIRTHING

- ▶ **19 dicembre - Seminario dedicato alle emozioni , dalla paura all'amore:** emozioni primarie e secondarie; imparare a riconoscerle, sviluppare l'intelligenza emotiva, accettare ed integrare le emozioni represses; fare pace con il nostro vissuto e lasciare andare emozioni bloccate attraverso la respirazione circolare - dalla paura all'amore.
- ▶ **Secondo martedì del mese - Incontro online su chakra e respiro**

Secondo anno

SEI INCONTRI , SOLO PER CHI VUOLE PROCEDERE. Temi trattati durante questa seconda parte:

- ▶ **Cenni di counseling:** la comunicazione, la relazione d'aiuto, l'ascolto e la presenza.
- ▶ **La seduta di Rebirthing:** il setting, il ruolo del Rebirther, osservare il respiro, accompagnare e facilitare il percorso, accogliere e condividere
- ▶ **Esperienza di Rebirthing in acqua:** calda e fredda
- ▶ **Il Rebirthing come professione olistica:** leadership, sviluppo dell'identità professionale, promozione dell'attività professionale, lettura del codice etico, relazione tra Rebirther e cliente, la relazione con il denaro, aspetti giuridici della professione
- ▶ **Tesi:** sviluppo, elaborazione e completamento etc..



il giardino di ortis
benessere olistico