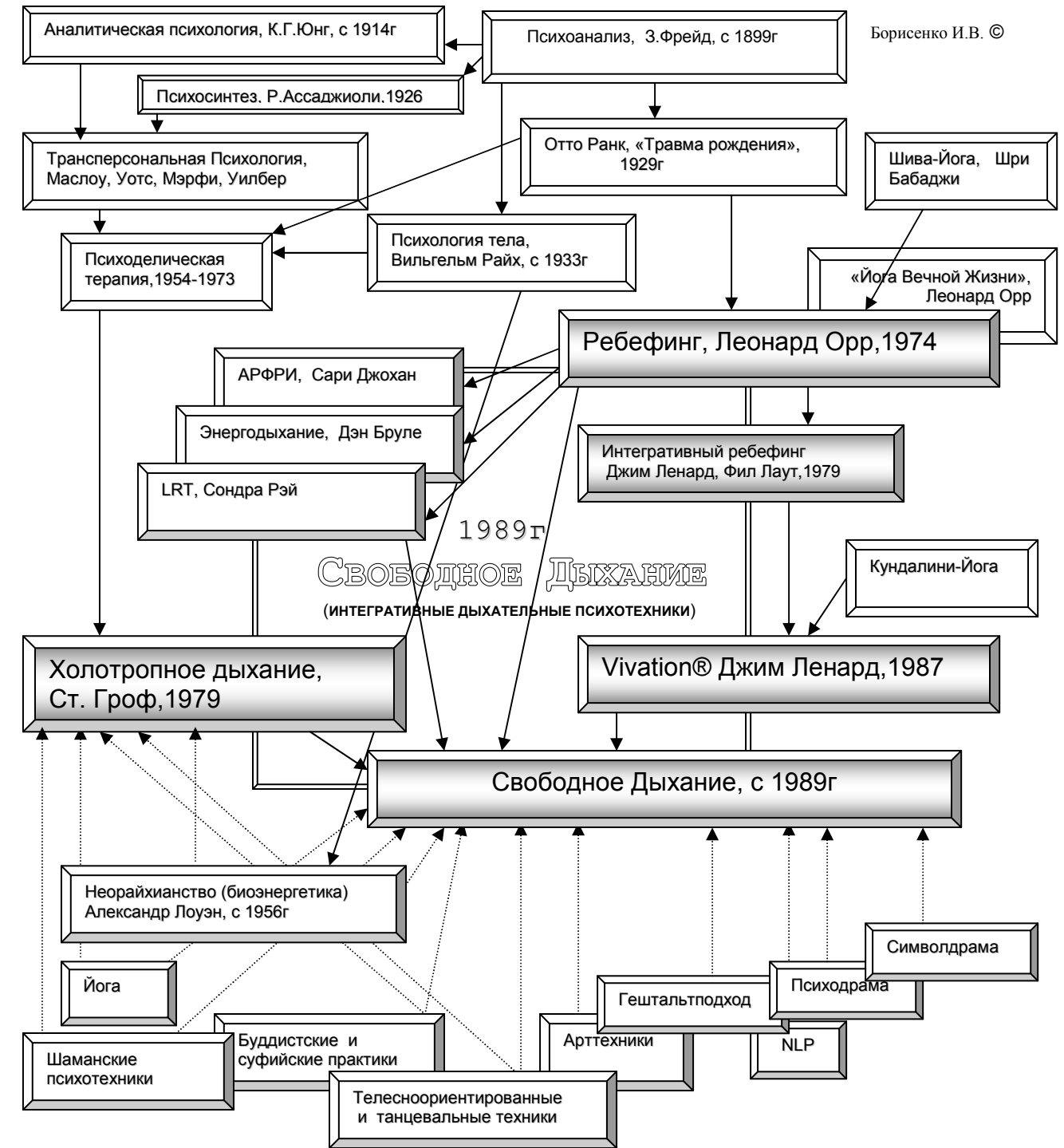


История Свободного Дыхания

Борисенко И.В. ©



Термин "Свободное Дыхание" был введен в 1989 году как нейтральное объединяющее название для различных интегративных дыхательных техник, таких как Rebirthing (ребефинг), Holotropic Breath (холотропное дыхание), Vivation® (вайвэйшн) и др.

В то же время, Свободное Дыхание (Free Breathing) существует в виде отдельного стиля, имеющего свои особенности. Техники Свободного Дыхания используют осознанное связанное дыхание, как основной инструмент трансформационной работы.