

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	3
Первый вдох.....	3
Вдох + выдох = дыхательный цикл!.....	8
 I часть	
21 день в поисках нового дыхания	17
Приезд в США	17
Первый день. Начало	21
Второй день. Ванна.....	24
Третий день. Теперь я – Жемчужина!.....	26
Четвёртый день. День огня и поста.....	28
Пятый день. Ребёфинг с Майклом	35
Шестой день. Ребёфинг с Ириной.....	41
Седьмой день. Ом шанти!	44
Восьмой день. Я ребёфер для Криса	48
Девятый день. Мой ребёфинг с Крисом	52
Десятый день. Мой ребёфинг с Ариэль	54
Одиннадцатый день. Мой ребёфинг с Леонардо Орром.....	59
Двенадцатый день. Ребёфинг с Ириной	61
Тринадцатый день. Семинар с Леонардо Орром.....	69
Четырнадцатый день. Ребёфинг с Ириной.....	72
Пятнадцатый день. Тело и мозги.....	77
Шестнадцатый день. Ребёфинг с Эриком	79

Семнадцатый день. Сессия с Ириной	81
Восемнадцатый день. Чёрт	84
Девятнадцатый день. Я ребёфер для Виллоу... ..	87
Двадцатый день. Мой ребёфер – Пис.....	90
Двадцать первый день. Последний день	93

II часть

Освободить дыхание	95
Отзывы о групповом ребёфинге	95
Отзывы об индивидуальном ребёфинге	105

Послесловие	112
Дорогой читатель!	112
Рейки	112
Ребёфинг по методике Леонардо Орра.....	114
Ангельское целительство	115
Исцеление звуком, или Звучание собственного тела.....	117
Медитативный рисунок.....	118
Отзывы о книге «Ребёфинг. Уроки осознанного дыхания»	119