



Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison

Stanislas Grof

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison Stanislas Grof

 [Telecharger Théorie et pratique de la respiration holotropique : U ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Théorie et pratique de la respiration holotropique : ...pdf](#)

Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison

Stanislas Grof

Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison Stanislas Grof

Téléchargez et lisez en ligne **Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison Stanislas Grof**

300 pages

Extrait

Origines historiques de la Respiration Holotropique

1. SIGMUND FREUD ET LA NAISSANCE DE LA PSYCHOLOGIE DES PROFONDEURS

La Respiration Holotropique est l'un des apports les plus récents en psychologie des profondeurs, discipline initiée au début du XXe siècle par le neurologue autrichien Sigmund Freud. Depuis que Freud, de sa propre initiative, fonda ce nouveau domaine, la psychologie des profondeurs a traversé une histoire complexe et mouvementée. Les idées apportées par Freud en psychologie et en psychiatrie étaient réellement novatrices. Il démontra l'existence de l'inconscient, décrivit ses mécanismes, développa la technique de l'interprétation des rêves, identifia les mécanismes psychologiques impliqués par les pathologies névrotiques et les différents troubles psychosomatiques, découvrit la sexualité infantile, reconnut le phénomène de la projection, inventa la méthode des libres associations et souligna les principes de base de la psychothérapie (Freud et Breuer, 1936 ; Freud, 1953, 1962).

Bien qu'au départ, l'intérêt de Freud ait été purement clinique - expliquer l'étiologie des névroses et trouver une façon de les traiter -, au cours de ses explorations, ses horizons s'agrandirent considérablement. Ses recherches s'étendirent non seulement au contenu des rêves et aux dynamiques psychiques des symptômes névrotiques, mais aussi à des thèmes tels que le mécanisme des jeux de mots et des lapsus, et nombre de phénomènes sociopolitiques - problèmes de la civilisation humaine, histoire, guerres et révolutions, art et religion (Freud, 1955 a et b, 1957 a et b, 1960 a et b, 1964 a et b).

Freud s'entoura d'un groupe de penseurs créatifs et particulièrement talentueux (le «cercle viennois»), parmi lesquels certains avaient leurs propres perspectives et développèrent des écoles de psychothérapie renégates. Tandis que la psychanalyse freudienne devenait part importante de la psychologie et de la psychiatrie académiques, lesdites écoles renégates - celles d'Adler, de Rank, de Reich et de Jung - ne furent jamais acceptées par les cercles académiques officiels. Cependant, comme nous le verrons plus tard, depuis quelques décennies, certaines de ces écoles sont devenues de plus en plus populaires et influentes en tant qu'approches alternatives à la psychothérapie, et nombre de principes de leurs fondateurs ont été intégrés dans la théorie ainsi que dans la pratique de la Respiration Holotropique.

2. PSYCHOLOGIE HUMANISTE ET THÉRAPIES EXPÉRIENTIELLES

Au milieu du XXe siècle, la psychologie américaine était dominée par deux disciplines majeures : le comportementalisme et la psychanalyse freudienne. L'insatisfaction grandissante liée à ces deux techniques en tant qu'approches convenant à la compréhension du psychisme humain finit par mener au développement de la psychologie humaniste. Le meilleur porte-parole et représentant de ce nouveau domaine était le psychologue américain bien connu Abraham Maslow. Il critiqua avec vigueur les limites du comportementalisme et de la psychanalyse, qu'il nomma première et seconde forces en psychologie, et énonça les nouveaux principes d'une psychologie nouvelle (Maslow, 1962, 1964 et 1969).

La principale objection que Maslow faisait au comportementalisme était que l'étude d'animaux tels que les rats ou les pigeons ne clarifiait que les aspects du fonctionnement humain que nous avons en commun avec ces animaux. Ces études ne sont donc pas pertinentes quant à la compréhension de qualités plus élevées, particulières à l'être humain et à la vie humaine, telles que l'amour, la conscience de soi, la détermination, la liberté personnelle, la morale, la philosophie, la religion et la science. De plus, elles sont d'une grande inutilité par rapport à certaines caractéristiques négatives spécifiquement humaines, comme la gourmandise, le désir de puissance, la cruauté et la tendance à l'«agressivité maligne». Il critiquait aussi le non-respect des

comportementalistes envers la conscience et l'introspection, et leur focalisation exclusive sur les études du comportement.

(...) Présentation de l'éditeur

L'inestimable cadeau de Stanislav Grof à la communauté humaine, à la médecine, à la psychologie, aux différents mouvements religieux, est celui d'une confiance retrouvée dans le processus spontané de guérison du corps et de la psyché. Loin des élucubrations intellectuelles des chercheurs, médecins ou thérapeutes avides de reconnaissance, il nous présente le résultat d'expériences concrètes qui nous démontrent magistralement que nos corps et nos psychismes sont programmés pour la guérison. Les conflits non résolus, la rétention des forces de vie cherchant à s'exprimer par l'émotion ou le mouvement corporel, sont la source de toutes les maladies.

Une parole simple, visionnaire confirmant que tout est possible, que l'anormal n'existe pas, que chacun dispose d'un droit absolument imprescriptible à exister tel quel, sans avoir fait des années de psychanalyse et de travail sur soi. Tout comportement humain, fût-il intolérable pour la communauté et nécessitant d'être cadré, a sa raison d'être à des niveaux du psychisme qu'il n'est désormais plus possible de limiter à l'histoire personnelle et à l'inconscient freudien, mais qu'il nous faut étendre au domaine périnatal et au domaine transpersonnel de l'inconscient.

Le changement du monde commence par soi-même, l'écologie se fait d'abord à l'intérieur, et les états de conscience modifiés, nommés par Grof «holotropiques», semblent bien être un moyen privilégié d'y accéder si nous voulons vraiment la paix du monde.

Stanislav Grof est un psychiatre tchèque, pionnier dans la recherche des états modifiés de conscience.
Download and Read Online Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison Stanislas Grof #QYPB4K59ROC

Lire Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof pour ebook en ligne
Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres
Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof à lire en ligne.
Online Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof ebook Téléchargement PDF
Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof Doc
Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof Mobipocket
Théorie et pratique de la respiration holotropique : Une nouvelle approche de l'auto-exploration et de la guérison par Stanislas Grof EPub

QYPB4K59ROCQYPB4K59ROCQYPB4K59ROC