Nacimiento Consciente PREMIUM

MÉTODO GESTALUZ PARA UNA EXPERIENCIA POSITIVA

Mi parto ideal

Realiza esta actividad en un lugar tranquilo, pon una música agradable, sírvete un rico té o infusión.. Respira profundo, cierra los ojos e imagina... ¿Cómo será tu parto?

Lo importante es que no te pongas trabas, no pienses en "si es que se puede" "si es que pasa esto".. no pienses en lo que has escuchado de otras historias, o recomendaciones que te han dado... piensa y siente, qué es lo que tú imaginas.. cómo parte, qué sientes, dónde estás, con quién estás, cómo transcurres, cómo es el lugar, etc

Nacimiento Consciente
PREMIUM
MÉTODO GESTALUZ PARA UNA EXPERIENCIA POSITIVA