

MEDITAZIONE del SUONO PRIMORDIALE

LA TECNICA DI MEDITAZIONE INSEGNATA DAL
DOTT. DEEPAK CHOPRA



La Meditazione del Suono Primordiale è una tecnica di meditazione che ha origine dall'antica tradizione Vedica Indiana.

Il Dott. Deepak Chopra, medico ayurveda definito dal Times Magazine "il poeta-profeta della medicina alternativa", ha introdotto questa tecnica in occidente in modo che possa essere insegnata e resa accessibile a chiunque.

A chi si rivolge?

La Meditazione del Suono Primordiale è una tecnica che può essere appresa e praticata da chiunque. Per la sua semplicità si adatta perfettamente anche ai ritmi di vita e di lavoro intensi, tipici della nostra civiltà.

Quali sono i benefici?

La meditazione può favorire il raggiungimento di diversi benefici, che variano da persona a persona, a seconda dei bisogni e delle caratteristiche di ciascuno.

Praticare la **Meditazione del Suono Primordiale** (*Primordial Sound Meditation*) tutti i giorni ti aiuterà a:

- Controllare lo stress & ridurre l'ansietà
- Creare pace interiore
- Favorire la consapevolezza, l'attenzione, la concentrazione
- Favorire l'intuizione e la creatività
- Migliorare il ciclo del sonno
- Favorire il dialogo interiore

Praticata con continuità la meditazione può diventare uno strumento straordinario di crescita ed evoluzione personale.

La Meditazione del Suono Primordiale è uno strumento, una tecnica, che facilita il contatto con se stessi. E' questa sua funzione a renderla così importante e preziosa.

La meditazione ti aiuta ad entrare in contatto con la tua ricchezza interiore e ad esprimerla al meglio!

Visita il sito web: www.sophialuypaert.com

Scrivimi: sophialuypaert@choprteachers.com

Seguimi su facebook: <https://www.facebook.com/SophiaLuypaertItalia>

Chiamami: +39 (335) 405 579

PROGRAMMA del CORSO di MEDITAZIONE del SUONO PRIMORDIALE

Prima Sessione

Introduzione ai Principi di Base

In questa prima sessione imparerai i principi base della Meditazione del Suono Primordiale, l'uso dei suoni e lo scopo della Meditazione.

Terza Sessione

Aspetti Pratici della Meditazione

Dopo aver provato la Meditazione del Suono Primordiale a casa vedremo insieme gli aspetti pratici della Meditazione, condivideremo le proprie esperienze, e ci saranno risposte alle tue domande.

Dopo il corso

Incontri di Meditazione

Tutti i partecipanti potranno partecipare liberamente ai futuri incontri di meditazione nonché frequentare nuovamente il seminario.

I futuri incontri di meditazione sono aperti non soltanto ai meditanti del Suono Primordiale ma anche a chiunque pratici un'altra forma di meditazione silenziosa e abbia piacere di meditare in gruppo

Quota di partecipazione

La quota di partecipazione comprende:

- ❖ Sessioni settimanali
- ❖ Mantra personalizzato
- ❖ L'istruzione PERSONALE
- ❖ Yoga delle 7 Leggi Spirituali
- ❖ Manuale del Centro Chopra per i nuovi meditatori – IN ITALIANO
- ❖ Meditazioni individuale e di gruppo

200 euro – MAX 10 partecipanti

Seconda Sessione

Istruzioni Individuali

Ti presenterai all'ora stabilita per incontrarti individualmente con me.

Riceverai il TUO SUONO PERSONALE e riceverai istruzioni specifiche su come utilizzarlo. Per la prima volta praticherai la meditazione usando il TUO mantra del Suono Primordiale.

Quarta Sessione

Una visione degli Stati più elevati di coscienza

Questa sessione finale include una illustrazione specialmente preparata da Deepak Chopra per dare ai partecipanti uno sguardo d'insieme sulle possibilità di sviluppare nel tempo altri livelli di consapevolezza e di percezione della realtà.

Informazioni Generali

Per partecipare al corso è necessario fornire le seguenti informazioni qualche giorno di anticipo:

- ❖ data di nascita (giorno, mese, anno)
- ❖ luogo di nascita (città, stato)
- ❖ ora di nascita (se possibile)

Per iscriverti al seminario,
invia una mail con le informazioni
generali a
sophialuyypaert@choprateachers.com

*L'iscrizione sarà ritenuta valida dopo aver
ricevuto l'acconto di 50euro*