



## Arriva in ITALIA il corso sui SOGNI LUCIDI

Il corso Lucid Dreaming Intensive è un'esplorazione intensa e profonda di sei giorni di veglia e sogno consapevole. Questo intenso programma utilizza speciali esercizi audio-guidati con la tecnologia del Monroe Institute, insieme a potenti tecniche di mindfulness per guidare il partecipante in stati di coscienza dai quali può consapevolmente interagire con lo stato del sogno. Questi strumenti e queste tecniche sono il risultato di un'unione fra antiche conoscenze e ricerche allo stato dell'arte sulle onde cerebrali del cervello umano.

*A diversi livelli, siamo tutti familiari con lo stato del sogno. Gli studi dimostrano che spendiamo circa un terzo della nostra vita dormendo, e un sesto di questo tempo viene impegnato nei sogni. Sogniamo diverse volte ogni notte, ma pochi di noi fanno un uso costruttivo di questo portale mentale naturale. Il mondo dei sogni offre un ricco arazzo di esperienze, conoscenze, creatività e opportunità di crescita personale. Al suo interno, ci imbattiamo in situazioni in cui siamo in grado di sfidare le nostre paure e credenze e sistemi di convinzioni limitanti. Possiamo trovare vene creative e comprensioni profonde; siamo in grado di trovare soluzioni creative ai problemi quotidiani. Possiamo anche imparare a guarire noi stessi da disturbi emotivi e fisici, imparare ad amare, trovare compassione e gentilezza per noi stessi e gli altri. Possiamo anche divertirci grandemente mentre eseguiamo azioni fisicamente impossibili, come volare da soli nell'aria, respirare sott'acqua o avventurarci nello spazio profondo.*

**Unica data italiana: 7-13 ottobre 2017 -Verona**

Quota di partecipazione al corso 1650,00€ (comprende vitto e alloggio)

***Partecipa ad un'esperienza unica della tua vita. Scopri chi sei e ciò che è possibile.***