



MENTAL TRAINING YOGA MEDITAZIONE

Le Tecniche di Rilassamento e di Meditazione: Mental Training, Yoga, Meditazione, Training Autogeno, Ginnastica Meditativa e altre, rappresentano per il Naturopata l'elemento in più che fa la differenza tra un rapporto formale e meccanico e un rapporto di vera comprensione dei "movimenti interiori" che sollecitano l'animo sofferente e desideroso di aiuto del cliente.

Il Naturopata, in ogni occasione, deve saper infondere fiducia e coraggio, deve saper indurre rilassamento qualora vi sia agitazione, deve saper scrutare e cogliere dietro le righe e saper indurre l'introspezione. In altre parole, se il Naturopata non sa conoscere e contenere se stesso, giammai potrà comprendere e guidare gli altri.

Conoscere se stesso, il proprio mondo interiore,

magari contraffatto da desideri, brame, invidia, rabbia e gelosie è, nella vita, l'unico vero traguardo valido da raggiungere, e non solo per il Naturopata, ma per tutti coloro che intendono realmente accogliere la risposta al loro grido di aiuto.

La CONSAPEVOLEZZA è la "Chiave dell'Universo", la soluzione definitiva per ogni acciaccio, per ogni malattia.

Lungi dal voler formare dei Santi, idea daltronde non tanto aberrante, ogni passo verso la Consapevolezza è e rimane il rafforzamento di una Virtù; la stessa Virtù che il Rimedio Naturale ci ha prestato, ma che, per rimanere efficace e duratura, deve prima o poi scaturire proprio dal nostro mondo interiore.

PROGRAMMA DIDATTICO

- ❖ Soggetto e perimetro di divisione dal personale dal collettivo.
- ❖ Struttura, convinzioni e IO-fisico (≡corazza, ≡ contenitore).
- ❖ Energie centripedali e centrifugali e rispettivi blocchi.
- ❖ Manifestazione della stessa nell'organico.
- ❖ Mente, idea e realizzazione.
- ❖ Percezione, Consapevolezza dell'IO fisico e dell'IO spirituale quale chiave di meditazione.
- ❖ Influssi e interazioni cosmiche e ambientali ed interpersonali.
- ❖ Cosmo e Uomo; Uomo, micro- e macrocosmo.
- ❖ Presa di coscienza: coscienza dell'ego, coscienza universale.
- ❖ Consapevolezza.
- ❖ Autosuggestione e Training Autogeno.
- ❖ Rilassamento: resistenza: agitazione, distrazione, conflitti, paure, propositi non realizzati, ecc. percezione del corpo fisico e dei flussi energetici.
- ❖ Spirito, anima, corpo.
- ❖ Involutione ed evoluzione dello spirito.
- ❖ Involutione ed evoluzione della materia.
- ❖ Mente, Spirito, luce e buio.
- ❖ Meditazione e rilassamento.
- ❖ Meditazione e respiro.
- ❖ Meditazione e immaginazione.
- ❖ Meditazione e percezione del corpo astrale
- ❖ Applicazioni pratiche: Ginnastica meditativa, Mental Training e Meditazione.

Istituto IME -Provinciale per Lecce 15 -73010 Arnesano (LE) -0832.326878 -328.3576690
www.naturopatia-ime.it giuseppeimbriani.blogspot.it naturopatiuniti.blogspot.it www.dirittoesalute.info

