

MANTRA-STYLE

SCOPRIRE IL POTERE NEL SUONO PER COUNSELOR E OPERATORI OLISTICI

**LABORATORIO/ESPERIENZIALE DI 12 ORE
9 ECP**

PRESENTAZIONE

Il corso ha l'obiettivo di ampliare la professionalità di counselor, operatori olistici e professionisti della relazione d'aiuto attraverso l'apprendimento e l'utilizzo delle pratiche mantriche.

La necessaria parte teorica legata al suono, ai mantra e ai suoi benefici, sarà intervallata da esperienze di recitazione di mantra della tradizione indiana e buddhista.

La recitazione dei mantra in gruppo è fondamentale per una buona pratica: dona stati profondi di benessere e pace interiore, disciplina i nostri intenti e le nostre azioni e ci sostiene nella vita quotidiana.

CONTENUTI

Il corso si sviluppa in 3 incontri di 4 ore ciascuno, on line e/o in simultanea presenza, sulla base del programma sotto riportato:

1. Cosa sono i mantra e a cosa servono
2. Come il suono influenza la materia
3. Come il suono agisce su emozioni e pensieri
4. Mantra, yantra e maṇḍala
5. Il mantra om
6. I bija mantra
7. Il mantra hu
8. Il mantra del Buddha della medicina
9. Guru siddhi mantra
10. Śiva pañcākṣara stotra
11. Mahāmṛtyuñjaya mantra
12. Il sutra del cuore della perfezione della saggezza
13. Altri mantra sulla base delle richieste dei partecipanti

DESTINATARI DEL CORSO

Il corso è rivolto a tutti i professionisti della relazione d'aiuto (counselor, operatori olistici, naturopati, ecc.) e a chiunque sia interessato ad acquisire dimestichezza con le pratiche mantriche e sviluppare una maggior conoscenza di Sé.

Verranno rilasciate delle schede e i link alle tracce dei mantra affrontati.

INFORMAZIONI PRATICHE

Gli incontri si terranno dalle ore 9.00 alle 13.00, in presenza e/o in contemporaneo collegamento online, a cadenza quindicinale secondo il seguente calendario:

sabato 27 settembre

sabato 11 ottobre

sabato 25 ottobre

Costo: 150,00 Euro

Ulteriori informazioni e iscrizioni andranno inoltrare via mail al seguente indirizzo:
info@adrianamoretto.it

CONDUCE LE MEDITAZIONI

Adriana Giulia Moretto

Registro di attestazione di competenza professionale:

- SIAF Italia Counselor Olistico cod. VE353P-CO
- Bach Foundation Registered Pratictioner cod. ITA-2019-0104G

Professionista disciplinata ai sensi della legge n. 4/2013

P.IVA: 04631540236

Mi presento:

Sono nata a Bassano del Grappa nel 1967.

Una laurea in scienze politiche nel cassetto per avere una chiave di lettura sociale della realtà e un percorso trentennale in ambito olistico sono quelle che vengono definite le mie competenze professionali.

Dal 1994 infatti ho iniziato un cammino di crescita personale e di studio dell'uomo nella sua visione integrale, quale unione di corpo, mente e spirito e da allora la ricerca personale e l'approfondimento delle competenze professionali sono diventate parte essenziale della vita quotidiana.

Ho una formazione come counselor olistico integrale con specializzazioni in tecniche vibrazionali, reiki, fiori di Bach, mindfulness immaginale. Conduco gruppi di consapevolezza e di mantra yoga, corsi sulla lettura dei sogni, ma anche sessioni individuali di reiki, counseling e sono consulente dei fiori di Bach.

La curiosità mi ha da sempre spinto ad esplorare non solo i mondi interiori: appassionata di viaggi ho infatti lungamente vagabondato in Estremo Oriente, entrando in contatto diretto con tradizioni spirituali millenarie e con grandi anime direttamente nei loro Ashram (Sathya Sai Baba a Puttaparthi, Gurudev Sri Sri Ravi Shankar a Bangalore, Mata Amritanandamayi in Kerala, Ratu Bagus a Bali).

Dal 2019 ho intrapreso lo studio della lingua sanscrita per avere accesso diretto alle traduzioni dei testi dei mantra e attualmente sono impegnata in un progetto ambizioso legato al mantra yoga, dal titolo complessivo *"108 echi dal silenzio: i mantra, magiche manifestazioni tra suono e forma"*: [youtube.com/@108echidalsilenzio?sub_confirmation=1](https://www.youtube.com/@108echidalsilenzio?sub_confirmation=1)

Se vuoi saperne di più, visita il mio sito <http://www.adrianamoretto.it>