

In questo seminario scopriremo insieme i segreti dell'equilibrio e della saggezza, la via di mezzo che consigliavano vivamente, molti secoli fa, i saggi taoisti cinesi. Invece di avere paura delle nostre emozioni negative e di ricacciarle continuamente dentro di noi, impareremo ad accettarle, a esprimerle senza far del male agli altri o a noi stessi per poi individuarne le cause profonde e vivere sempre più consapevoli, pieni d'amore e liberi. Costateremo che in noi, nel nostro inconscio profondo, ci sono sorprendenti personaggi che noi abbiamo chiamato le Sottopersonalità psico-attive (o SPPA) di cui alcune sono molto sagge, adulte e responsabili mentre altre sono ancora infantili e immature! Imparando a conoscerle e a comprenderne i bisogni, giocando con esse e mostrando loro i segreti di una sana gestione delle emozioni, potremo non soltanto creare, nella nostra vita quotidiana, un benessere e una felicità sempre più costanti, ma proveremo la gioia di partecipare alla guarigione della nostra società, tormentata dalla competizione, dalla paura, dalla malattia e dalla guerra, quelle calamità che troppo a lungo abbiamo considerato impossibili da eliminare.

Date:

I INCONTRO

Liberare le emozioni e raggiungere la felicità interiore

- 28 Ottobre 2007 -



II INCONTRO

Il potere del subconscio nella guarigione olistica

- 25 Novembre 2007 -

Costo:

Euro 70 (per ogni incontro)

- Euro 50 per i soci AMAL -

Orario:

Mattino, dalle 9 alle 13

Pomeriggio, dalle 14 alle 17

Luogo:

Centro ALTEO
V. D'Annunzio, 2
(Piazza Dante, di fronte al bar Tonitto)
Genova

Relatore:

**DOTT. NATOUR MOHAMMAD,
PRESIDENTE AMAL**

Tel.: 010 / 2471760

Fax: 0102471820

E-mail: amal@natourmohammad.com

**LIBERARE LE EMOZIONI E
RAGGIUNGERE LA FELICITA'
INTERIORE (I INCONTRO)**

**IL POTERE DEL SUBCONSCIO
NELLA GUARIGIONE OLISTICA
(II INCONTRO)**

**DOTT. NATOUR MOHAMMAD,
PRESIDENTE AMAL**

Tutti abbiamo delle emozioni, milioni di emozioni che scatenano nel nostro corpo sensazioni molteplici dalla nostra vita uterina fino a dopo la morte. In generale ci sforziamo di far durare il più a lungo possibile le emozioni positive, piacevoli, come la gioia, l'entusiasmo o la pace, cercando, nello stesso tempo, di sopprimere al più presto le emozioni che abbiamo imparato a considerare negative, spiacevoli, come la paura, la collera, la gelosia, il rancore, la tristezza o la frustrazione....

Nelle società moderne dei paesi occidentali, la maggior parte degli adulti si trova rinchiusa in una prigione di credenze rigide che li persuade che le loro emozioni negative sono pericolose e che bisogna reprimerle a ogni costo. In effetti si è loro insegnato, sin dall'infanzia, che un'emozione come la collera si può manifestare solo con la violenza verbale o fisica, che la paura può scomparire solo se cambiano le circostanze esterne, che la sofferenza e l'infelicità sono inevitabili e che la vita umana è ineluttabilmente segnata dal marchio del peccato originale che ci condanna a vivere drammi, malattie e catastrofi di ogni genere. La maggior parte delle persone ha imparato che non si devono manifestare le proprie emozioni in pubblico. Si è detto loro che bisognava *lavare i propri panni sporchi in famiglia*. Molto spesso tuttavia l'espressione delle emozioni non è più tollerata sia in casa che all'esterno. Ovunque regnano la repressione emotiva e la convinzione che ogni manifestazione di collera, di tristezza o di frustrazione intensa sia pericolosa per la vita sociale. Quando una famiglia vive un momento di gioia, durante un matrimonio o un compleanno ad esempio, si chiudono le porte e le finestre per isolarsi dai vicini, come se ci si vergognasse di mostrare la propria felicità. La nostra società civilizzata ha imprigionato tutte le nostre emozioni.

I INCONTRO

Liberare le emozioni e raggiungere la felicità interiore

*** 28 Ottobre 2007 ***

- 1) Le emozioni. Il nostro cammino verso la fiducia.
- 2) La psicosomatica.
- 3) Felicità e senso di vuoto, tecniche di rilassamento.
- 4) Le emozioni che guariscono.
- 5) Meditazione e visualizzazione.

Si consiglia di indossare abiti comodi adatti agli esercizi e meditazione.

- Per ulteriori informazioni ed iscrizioni chiamare la segreteria al n. 010 2471760

II INCONTRO

Il potere del subconscio nella guarigione olistica

*** 25 Novembre 2007 ***

- 1) Le emozioni che guariscono.
- 2) Curare i nostri tre corpi (fisico, mentale, spirituale)
- 3) La preghiera scientifica.
- 4) Autosuggestione positiva secondo Coué.
- 5) Meditazione e visualizzazione per radicare in sé l'amore universale.

Si consiglia di indossare abiti comodi adatti agli esercizi e meditazione.

- Per ulteriori informazioni ed iscrizioni chiamare la segreteria al n. 010 2471760