

Risorse Più

POTENZIARE Relazioni Risorse Risultati

PRESENTA

VIVATION®

Il potere del momento presente

COS'É VIVATION®

Vivation® è una tecnica di meditazione basata su 5 elementi, tra cui il respiro circolare. Si tratta di un metodo estremamente efficace, il cui obiettivo è l'accettazione cinestesica del momento presente. Molti i risultati che si possono realizzare come effetto di questa pratica, definita come "**l'abilità di essere felici**".

Imparare Vivation® è facile e piacevole: basta rivolgersi ad un insegnante qualificato, il quale trasmette la tecnica con lo scopo di **portare lo studente all'autonomia** nella relativa pratica. Una volta appreso, questo metodo può essere utilizzato in qualunque contesto della propria vita. Vivation®, infatti, si basa su principi mutuati dall'Oriente, ma è strutturato in modo da potersi utilizzare da parte dell'uomo occidentale.

I 5 ELEMENTI DI VIVATION®

- ✦ Respiro circolare
- ✦ Rilassamento completo
- ✦ Consapevolezza dei dettagli
- ✦ Integrazione nell'estasi
- ✦ La disponibilità è sufficiente

CREATIVITA' CON VIVATION®

L'ascolto profondo delle sensazioni corporee permette di accedere alla propria saggezza interiore e a potenziare la propria capacità intuitiva. La creatività quindi aumenta e aumentano le idee creative. Viene potenziata la propria capacità di risolvere i problemi, di cambiare prospettiva, di accrescere l'elasticità mentale.. E' più semplice individuare quelli che sono i propri obiettivi e perseguirli.

RISULTATI

I Risultati che puoi ottenere praticando Vivation® sono tantissimi:

- ✦ godere al 100% delle emozioni
- ✦ aumentare la consapevolezza del proprio valore e delle proprie risorse
- ✦ potenziare le abilità nella gestione delle relazioni
- ✦ aumentare le capacità di produrre reddito
- ✦ sviluppare la creatività
- ✦ trovare soluzioni creative ai problemi

✦ aumentare il senso di benessere e di felicità
e molto altro.....

DESTINATARI

- ✦ Tutti coloro che vogliono aumentare il senso di benessere nella propria vita
- ✦ Tutti coloro che sono determinati a perseguire i propri obiettivi e raggiungerli
- ✦ Tutti coloro che vogliono aumentare il senso di piacere e divertimento nella propria vita

DURATA

Il corso può essere erogato in modalità individuale, semi-individuale (fino a 3 persone), oppure attraverso seminari di gruppo.

In forma individuale o semi-individuale la durata é di 14 ore; in forma grupppale il corso si svolge in 3 giornate, per un totale di 20 ore.

Al termine del corso l'insegnante potrà stabilire se lo studente ha raggiunto l'autonomia rispetto alla tecnica, oppure necessita di ulteriore pratica assistita.