

PER CHI DAVVERO VUOLE ELIMINARE LO STRESS DALLA PROPRIA QUOTIDIANITA'

Ormai ci siamo: come dichiarato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità la depressione - figlia in primis dello stress - sarà nel 2020 la principale causa di malattie in tutto il mondo!

[attenzione: non si tratta di cure allopatiche, di terapie mediche, o di pratiche magiche! E' la possibilità di imparare a sciogliere tensioni, limitazioni mentali e gestire il flusso dell'energia vitale.]

- Non riesci più a "sentire" il tuo respiro profondo, durante la giornata?
- Sei continuamente in tensione, su collo, occhi, intestino, schiena...?
- Subisci con sempre maggior disturbo le incongruenze di chi ti circonda?
- Pensi di meritare un po' di quiete interiore?

Se hai risposto **SI'** almeno 1 volta... ho una buona notizia per te!

4 Giugno 2019

Dal portatile di Silvia

Il 4 giugno 1995 era domenica, era Pentecoste. In un luogo splendido nella campagna di Ostuni, come conseguenza di una scelta da me operata il 24 ottobre 1993 durante il mio

primo corso di 1° livello ReiKi e nel lignaggio di Mikao Usui, diventavo ufficialmente maestra di ReiKi nell'Usui System of Natural Healing. Da allora quante cose sono successe. Quante persone ho incontrato nei seminari, e sul web! E quante cose abbiamo fatto, grazie all'incredibile e amorevole supporto di ReiKi! Seminari di 1° e 2° livello, intensivi, pre master e master trainig. E in questo percorso è arrivato anche Mosè Benazzi.

Proprio per queste ragioni, siamo ritornati a Bologna! Per la precisione, a Sasso Marconi c'è un posto in cui abbiamo tenuto tanti corsi, tanti eventi di formazione per il riequilibrio energetico...e Mosè ed io abbiamo riportato il ReiKi 1° livello Usui System by EnerGeo in quel luogo accogliente, col corso di fine settembre.

Il prossimo appuntamento è per il week-end del 7 e 8 dicembre 2019!

Ma, andiamo con ordine!

Viviamo, inutile negarlo, in tempi pressanti per ciascuno di noi.

Uomini, donne, bambini subiscono, consapevoli o meno, responsabili o meno, continue sollecitazioni. Gestire il sempre crescente flusso di informazioni e sollecitazioni a cui siamo sottoposti, gestire con equilibrio e appagamento relazioni affettive, lavorative, esistenziali è, di fatto, uno sforzo che, senza sosta, ci porta lontani dalla serenità.

Serenità che bramiamo e che, soprattutto, ci spetterebbe naturalmente.

Il benessere è strettamente legato al rilassamento.

Il rilassamento è parte determinante nel processo tensione - rilasciamento alla base della Vita stessa. L'Organizzazione Mondiale della Sanità definì la salute, già nel 1948, come

“uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la semplice assenza dello stato di malattia o infermità.”

La società cambia!

Dal 1948 al 2018 i ritmi di vita hanno subito un crescendo frenetico.

I farmaci tranquillanti, nonostante la dichiarata dipendenza che provocano, sono tra i più venduti al mondo e lo stress è da più parti definito come il male del secolo.

È ormai diffuso affermare che molte malattie, dalle meno gravi fino ai tumori, possono essere aggravate, se non addirittura provocate, da un eccessivo accumulo di stress.

La letteratura medica sulla correlazione tra stress e mancanza di salute, è ampia e documentata.

Il nostro corpo ci manda continui segnali, ma spesso facciamo finta di nulla e continuiamo a correre illudendoci, così facendo, di fare al meglio “il nostro dovere”.

Spesso si finisce addirittura per sentirsi in colpa, se ci si concede qualche piccola pausa. Si fa ricorso ai farmaci per dormire meglio, per il mal di testa, per i dolori articolari, per facilitare la digestione, per regolare la pressione.

Raramente si cerca di risalire alle cause di questi sintomi.

Se in casa ci si accorge di una macchia di umidità sulla parete, è probabile che non ci si limiti a passare una bella mano di vernice. La macchia tornerebbe in brevissimo tempo. Per evitare che il problema si ripresenti, occorre cercare di trovare le cause, ed eliminarle.

Se la spia del carburante, in auto, si accende, sarà poco probabile che si scelga di coprirlo con un adesivo, anziché cercare un distributore e fare rifornimento.

È un concetto elementare e logico, ma è sfuggito più di quanto avremmo voluto a ciascuno di noi, più volte nella nostra vita

Spesso mettiamo distanza tra noi e il nostro “stare bene” rimandando.

“Dopo questo progetto”, “dopo le vacanze”, “da lunedì” ...

Sistema EnerGeo: RELAX, no stress!

È difficile cominciare? Qualche volta può esserlo.

Comunque, è semplice.

Perché anche se ci sembra che il tempo non basti mai, che nessun impegno sia sindacabile, basta creare e inserire nella nostra attuale routine una nuova abitudine. Giorno dopo giorno, man mano che i benefici si faranno sentire, miglioreremo le nostre performance, il nostro lavoro e la nostra vita. Un grande obiettivo, raggiungibile.

Finalmente saremo più felici e sereni. La vita va vissuta giorno per giorno. Oggi seminiamo quello che raccoglieremo domani, ma occorre anche non perdere di vista il qui ed ora.

Secondo la scienza medica, lo stress si può e si deve scaricare, agendo da più lati. I parametri da controllare sono l'alimentazione, l'attività fisica, la respirazione, il riposo e l'atteggiamento mentale. Ecco perché non è facile! Molti fronti da gestire, molte abitudini da controllare e cambiare. Fortunatamente, una volta riattivate alcune sensibilità innate, si prende possesso del concetto: *Se non puoi, allora Devi* (cit.).

E cambia la prospettiva, trovando la motivazione “giusta”.

In pratica, sotto stress il nostro cervello interpreta i dati della realtà come se ci trovassimo in una condizione di costante pericolo. Inoltre, anche le nostre capacità di memoria e apprendimento sono indebolite. La ricercatrice ritiene anche che un elevato livello di stress nei bambini piccoli possa avere delle conseguenze nefaste sulle loro capacità di affrontare le avversità della vita, una volta adulti.

La necessità di RIDURRE LO STRESS tuttavia confligge inesorabilmente con tutto lo stile di vita che abbiamo costruito.

Prendere coscienza di cosa ci sia da cambiare, se davvero siamo in grado di cambiarlo, con quali aspettative e con quali risultati rischia perciò di diventare esso stesso FONTE DI STRESS.

Ecco che con il Sistema EnerGeo puoi imparare una tecnica antica, universale ed efficace per riconoscere e cominciare a gestire la tua energia.

Se non fai niente di diverso dal tuo solito, non puoi aspettarti che le cose cambino. Già sentito dire?

Infatti: è così ed è sacrosanto. Tuttavia...

Tuttavia sono tali e tante le azioni e le convinzioni sulle quali dobbiamo andare ad agire che ciò che si prospetterebbe sarebbe qualcosa di dimensioni bibliche: impossibile!

Ma ecco per te la soluzione. La via d'uscita dal loop dell'accumulo di stress, che tante persone NEL MONDO hanno già sperimentato con successo, con una marcia in più: la didattica moderna, nata grazie ad Accademia EnerGeo dallo studio e dall'applicazione di metodi per la comunicazione efficace e veloce.

Da dove nasce la straordinaria efficacia del Sistema EnerGeo?

Fondamentalmente dal fatto che agisce dal corpo fisico a quello energetico, senza coinvolgere la nostra parte mentale. E perché basa le proprie fondamenta sull'antica, sperimentata e riconosciuta Arte di Mikao Usui: il Reiki.

Abbiamo elaborato e testato il Sistema EnerGeo in modo che potesse agire sgretolando lo stress pregresso, senza crearne altro.

Sfruttando la straordinaria caratteristica del Sistema Usui, che porta in superficie – colmandoli dell'energia vitale sottratta nel tempo – i blocchi accumulati ogni volta che abbiamo scelto ciò che non era in linea con la nostra verità.

Rendendola più morbida e delicata, grazie all'esperienza e all'uso di altre tecniche più razionali.

Reiki and RELAX: l'arte di Usui per lo stress management. 1° livello

Reiki Usui System + Sistema EnerGeo = REIKI and RELAX

Perché “a una mente calma l'universo intero si arrende”.

Il Seminario di 1° livello Reiki and RELAX by EnerGeo rispetta i dettami dell'Usui System of Natural Healing condivisi in tutto il mondo.

Con il Sistema EnerGeo abbiamo potenziato la qualità comunicativa, rendendola semplice e attuale.

Sistema Usui: la tradizione. **Sistema EnerGeo:** il linguaggio moderno. **Semplice e facile**, finalmente **assieme. REIKI and RELAX!**

Il CORSO si tiene in un week-end (se sei tra color che non riescono MAI ad avere una fine di settimana libera, ATTENZIONE: un'altra buona notizia per te! C'è il corso intensivo REIKI FAST 1° livello: tutto in un giorno! Dalle 9 alle 21 ogni ultimo venerdì del mese, a Bologna! Vedi sul sito la scheda dedicata a questa proposta didattica, creata proprio per chi, nonostante impegni improrogabili nel weekend VUOLE acquisire lo strumento REIKI by EnerGeo.

Cosa imparerai?

- L'origine del Sistema Usui, la storia e le vicende che, dal Giappone, hanno portato l'Arte di Usui in Europa.
 - I TRATTAMENTI del Sistema Usui: imparerai ad auto trattarti e a trattare altre persone, animali, piante, cibo...
 - L'energia vitale: cos'è, come agisce, come si riconosce e come si arriva a gestirla.
 - Tecniche di attivazione dell'attenzione.
 - Tecniche di comunicazione efficace.
 - Le 4 attivazioni del Sistema Usui, per riattivare il flusso di energia vitale e per imparare a canalizzarla.
 - Le leggi del KI: centratura, estensione, rilassamento, peso verso il basso.
 - Imparerai a RICONOSCERE il flusso dell'energia vitale. In te, nelle persone che incontri, negli animali, nelle piante...
 - Imparerai il segreto (il trucco) per potenziare il processo di liberazione dei blocchi energetici ("il principio dei 5 organi")
 - Imparerai ad auto trattarti e a trattare, per ricondurre l'energia vitale in un flusso più libero e naturale.
-

E – ATTENZIONE – ecco un'altra buona, anzi OTTIMA NOTIZIA!

- Eseguirai la RESPIRAZIONE DEL LOTUS, sotto la guida del Maestro Mosè Benazzi, Reiki Master in the Usui System of Natural Healing e Maestro di Tai Chi.

“Imparare una tecnica, semplice e potente, per essere in grado di raggiungere autonomamente il RELAX necessario per avere in mano le redini della propria vita.”

Questo è ciò che ho sentito dire più spesso da chi ha partecipato a un corso di Accademia EnerGeo, durante tutti i suoi anni di attività.

Silvia Serra

“Negli ultimi anni ho privilegiato l'insegnamento del Tai Chi. Ma, in sostanza, il lavoro sull'energia - con qualsiasi mezzo venga fatto - dà sempre i suoi frutti. Reiki introduce a un mondo più ampio, ti offre uno sguardo diverso sul reale, apre una porta su un mondo incredibile, chiedendo, come prezzo, l'abbandono.”

Mosè Benazzi

Quota di partecipazione: 210€!

Adesso - più che mai - tocca a te...

NOTA BENE:

Quello che il corso REIKI and RELAX offre ha un valore immenso, perché puoi davvero riprendere in mano le redini della tua energia. E secondo i precetti di Mikao Usui, abbiamo rispettato il concetto che "il primo livello dovrà avere il valore di una settimana di lavoro".

Come vedi, 210€ sono un valore coerente, che tra l'altro non abbiamo ritoccato da almeno 10 anni.

E, da parte nostra, hai l'assicurazione che imparerai, in due giornate:

- L'origine del Sistema Usui, la storia e le vicende che, dal Giappone, hanno portato l'Arte di Usui in Europa.
- I TRATTAMENTI del Sistema Usui: imparerai ad auto trattarti e a trattare altre persone, animali, piante, cibo...
- L'energia vitale: cos'è, come agisce, come si riconosce e come si arriva a gestirla.
- Tecniche di attivazione dell'attenzione.
- Tecniche di comunicazione efficace.
- Le 4 attivazioni del Sistema Usui, per riattivare il flusso di energia vitale e per imparare a canalizzarla.
- Le leggi del KI: centratura, estensione, rilassamento, peso verso il basso.
- Imparerai a RICONOSCERE il flusso dell'energia vitale. In te, nelle persone che incontri, negli animali, nelle piante...
- Imparerai il segreto (il trucco) per potenziare il processo di liberazione dei blocchi energetici ("il principio dei 5 organi")
- Imparerai ad auto trattarti e a trattare, per ricondurre l'energia vitale in un flusso più libero e naturale.


E POTRAI CONTARE per sempre sul supporto dei tuoi maestri.

COME DICI? NON TI BASTA? VUOI DI PIU'?!



SI'! E' così CHE TI VOGLIAMO!!!

Quindi, se ci fosse la possibilità di risparmiare fino a 60€ sulla quota di partecipazione (quei 210€, che non ritocchiamo da un decennio) la prenderesti in considerazione?

Sei una/un ribelle condizioni perché  **... e non accetti vuoi scegliere tu?**

Bene! Anche noi! Guarda questa tabella:

RELAX, no stress by EnerGeo

I CORSI di formazione personale

Quota di partecipazione – versamento entro il 1°giorno di corso	210€
Con quota d'iscrizione 50€ versata entro 2 sett. dal corso:	199€ Sconto 5,24%
Con quota d'iscrizione 50€ versata entro 30 gg dal corso:	179€ Sconto 14,76%
Quota di partecipazione interamente versata entro 30 gg dal corso	150€ Sconto 28,57%
Quota di partecipazione UNIVERSITY STUDENT: 50€ entro 2 sett./50€ saldo a 30 gg	100€ Sconto 52,20%

CHI HA GIA' REIKI può partecipare a tutti i corsi del proprio livello o precedente, previo colloquio con la maestra, versando una quota forfait di **50€ entro 2 sett. dalla data del corso.**

GLI ALLIEVI, LE ALLIEVE di Accademia EnerGeo possono partecipare a tutti i corsi del proprio livello o precedente, versando una quota forfait di **30€ entro il 1°giorno di corso.**

Nel Sistema Usui, vale la tradizione per la quale Mikao Usui sosteneva che, per esempio, imparare il 1° livello doveva valere – in denaro – l'equivalente di una settimana di lavoro. Imparare il 2° livello, un mese di lavoro. Accedere al 3° livello Reiki Usui System era pari all'ammontare di un anno di lavoro.

Se consideriamo che una delle prime cose che scoperse Usui, quando cominciò a offrire gratis i trattamenti ai più poveri e derelitti di Kyoto, fu che questi, anche se guariti, ripuliti e indirizzati verso lavoro e abitudini ordinate TORNAVANO a mendicare e ad avere bisogno delle attenzioni di Usui, è forse più naturale comprendere questo paradigma.

Che è noto anche a chi, oggi, si occupa di vendita e di marketing: le cose regalate - specialmente tra persone che non hanno rapporti di affettività e/o relazioni particolari - non vengono considerate di valore.

Voglio dire che il foglietto di carta con su quattro segni indecifrabili, tracciati da un bimbo di due anni, donato da quest'ultimo con la mano paffutella, il sorriso smagliante e gli occhioni teneri alla propria madre, avrà per questa un valore inestimabile.

[Io stessa, lo confesso, conservo alcuni scatoloni nei quali ho riposto centinaia di "inutili", "indecifrabili", "bruttini" fogli "scarabocchiate. Mi sono stati donati dalle mani paffutelle di mia figlia e di mio figlio!]

Ma, al di là del valore affettivo che ciascuno di noi attribuisce a un oggetto, o a un ricordo, tutto ruota attorno all'importanza dello SCAMBIO.

Ci sono valori che attribuiamo sulla base della nostra percezione personale, mentre altri sono stabiliti per convenzione e accettati tra tutti i membri di una società.

Tuttavia è un fatto: per ogni scambio si onora, fondamentalmente, il valore che davvero attribuiamo a ciò che cediamo o che acquisiamo.

Condividendo questa visione biunivoca sul denaro (il dare e l'avere devono essere sempre in equilibrio per ottenere soddisfazione, quindi il denaro che cedo/ricevo in cambio di ciò che acquisisco/cedo deve essere energeticamente almeno pari al piacere/beneficio che riconosco di ottenere) abbiamo sempre calibrato "i costi" delle prestazioni EnerGeo.

Privilegiando la presa di consapevolezza da parte dei nostri allievi e clienti.

Proprio per questo tu puoi scegliere di partecipare pagando solo 150€ di quota complessiva!

invece di ~~210,00 €~~

fino al 7 novembre solo 150 €!

Se decidi di versare l'intera quota di partecipazione

Quali altri corsi possono darti tutto quello che ha in serbo **REIKI and RELAX**: l'arte di Usui per lo stress management. 1°livello, pagando solo 150€?

Due giorni di studio e di pratica, e poi TU sarai in grado di essere completamente autonoma/o!

Non solo! Potrai sempre contare sul supporto di Silvia e di Mosè, che online e telefonicamente saranno sempre raggiungibili. Per un consiglio, un ripasso 😊 o una semplice condivisione di come sta procedendo il tuo nuovo percorso!

COME APPROFITTARE, E PAGARE LA QUOTA DI SOLI 150€ entro il 07/11/2019?

Puoi pagare in contanti, fissando un appuntamento.

Non ami i pagamenti elettronici? Non usi home banking? Non vuoi usare la carta di credito? Fissa un appuntamento, contatta lo staff organizzativo (monia.cattabriga@icloud.com e maurizio.galozzi@icloud.com) ti daranno le indicazioni.

Preferisci fare un bonifico?

Per conoscere i dettagli del conto corrente bancario per fare un bonifico, puoi mandarci subito una e-mail a info@accademiaenergeo.it

CENTRO CONGRESSI CA' VECCHIA,

via Maranina 19, Sasso Marconi (BO)

Sabato 14 dicembre 2019, ore 10:00:

incontro con la Maestra Silvia Serra Poli e il Maestro Mosè Benazzi.

Partecipazione libera e gratuita.

Sabato 7 e domenica 8 dicembre, dalle 15:00:

il CORSO REIKI 1° livello USUI System by EnerGeo.

Adesso - davvero - tocca a te!

Ci vediamo in aula!

Silvia e Mosè

Hai delle cose da chiedere, subito? Vai sul sito www.accademiaenergeo.it e invia da lì il tuo messaggio (non è richiesta alcuna registrazione, non tratteniamo dati sensibili) per entrare in contatto.

“A una mente tranquilla l’universo intero si apre.”

MODALITA' DI ISCRIZIONE

- 1) PAGHI LA QUOTA DI ISCRIZIONE (vedi pagina precedente)
- 2) COMPILI la scheda di iscrizione che ti verrà consegnata
- 3) INVII LA SCHEDA compilata in ogni sua parte e l'attestato del versamento alla segreteria, allegandoli a una e-mail indirizzata a info@accademiaenergeo.it, oppure la consegni personalmente a Monia e/o Maurizio
- 5) RICEVI la ricevuta del pagamento che hai effettuato, assieme al programma con la conferma degli orari del corso e delle modalità di svolgimento.
- 6) SEGNI IN AGENDA data e ora del tuo corso.

Per quanto incredibile, il tuo processo di cambiamento comincerà proprio da lì.

Se vuoi, scrivi su di un quaderno le cose che ti capiterà di notare nei giorni che ti separano dal corso. Ti aspettiamo!

MI RACCOMANDO: SE QUALCOSA NON TI E' CHIARO, contattaci per avere le spiegazioni che ti occorrono.

COME PARTECIPARE

Se ti stai chiedendo come dovrai “organizzarti” per partecipare al corso, ti riassumo pochi elementi che considero utili:

- Arriva **per tempo**. La mezz'ora prima di iniziare, il primo giorno del corso, dobbiamo formalizzare la tua partecipazione. Ci piace farti sentire a tuo agio senza farti fretta. E ci piace rispettare il programma.

In sala ti potrai accomodare dove vuoi, non facciamo overbooking e manteniamo più date per poter avere gruppi di massimo 10/12 persone.

Ci saranno pause, pausa caffè e pausa pranzo. Se ti farà piacere stare insieme per pranzo, ti proporremo una convenzione, con un prezzo fisso conveniente.

- Quella della presentazione è una bella occasione per osservare, soppesare, fare le le domande, se ne hai e decidere anche all'ultimo minuto! Certo, pagherai la quota intera, ma si tratta di solo 210€ e, il tuo tempo e la tua necessità di avere PRIMA delle risposte, ha un peso rispetto a chi effettua la scelta, e l'iscrizione, con 30 giorni di anticipo, non credi?

- Tieni **nota** di ciò che ti apparirà rilevante e che ti accadrà dal momento della tua decisione di partecipare e da quello della tua iscrizione fino al Corso.

Tipicamente l'energia scorre a livello inconscio, e proprio con quest'ultimo ha un legame molto stretto. Decidere di prendersi tempo per sé, imparando una tecnica potente e schietta capace di far emergere e sciogliere nodi e impedimenti alla nostra tranquillità è un'idea che, più è forte, più cambia inconsciamente i nostri paradigmi.

L'atto del pagamento, poi, rappresenta anche per il nostro inconscio un'ulteriore conferma delle nostre precise intenzioni.

- Il giorno del Corso porta con te, se ti è comodo e se ti fa piacere, una **coperta** e un **cuscino**.

- Se vieni “da fuori” e hai pensato di trovare una sistemazione in zona, chiedici informazioni. La struttura di Sasso Marconi è, oltre a un accogliente e affascinante Centro Congressi immerso nel verde, anche un Hotel con camere e – cosa che gratifica sempre tutti i nostri partecipanti - un rinnovato, accogliente e gustoso ristorante.

Per le sistemazioni in hotel, contatta direttamente la struttura: 051 765044 oppure effettua la ricerca online sui vari portali di ricerca hotel.

TI ASPETTIAMO!

Silvia, Mosè, Monia, Maurizio.