

Espansione della Coscienza

*Illuminazione ed
empowerment in un
percorso teorico-
esperienziale che fonde
neuroscienze, fisica
quantistica, tradizioni
mistiche orientali e
pratiche energetiche*

LEZIONE 1 (21 e 22 settembre)

**Rompere l'illusione e spegnere il pilota automatico:
DMN, filtri della percezione e illusorietà della
conoscenza 'oggettiva'.**

Le scoperte sul Default Mode Network e la sua funzione di 'riduttore' della nostra capacità di percepire la realtà effettiva. Cos'è davvero il "pensiero di default": rete neurale, ego, autopilota. Perché la mente ordinaria non è "la normalità" ma un'impostazione tra le tante possibili. Come smascherarne l'illusorietà.

LEZIONE 2 (28 e 29 settembre)

Soglie: la neuroscienza degli stati non ordinari.

Cosa succede nel cervello in meditazione profonda, in stato di flow, dopo l'assunzione di sostanze psicotrope e durante il sogno lucido: il confine tra scienza e mistica smette di essere un confine. Campo Quantico, Suono e Mantra: l'entrainment cerebrale, la fisica delle onde, suoni sacri e frequenze di riconnessione. La neuroscienza degli stati non ordinari: onde cerebrali (Alpha/Theta/Gamma) e stati di soglia

LEZIONE 3 (05/10)

Attraversare la soglia: tecniche utili tra neuroscienze, psicologia transpersonale, buddhismo tantrico e ipnagogia guidata. Come si entra e come si esce da uno stato non ordinario.

Il cuore come organo di percezione: coerenza cardiaca, neurobiologia della resa e del perdono. Esperienze pratiche: creazione della coerenza cardiaca e breathwork con respiro circolare guidato.

LEZIONE 4 (12/10)

La Luce Purificatrice – Biofotoni e Pulizia del Canale

Biologia della luce cellulare, pulizia dei blocchi (Samskara) ed esperienza delle frequenze energetiche. Come dissolvere i ristagni energetici e ricaricare le cellule. Come eliminare le tossine emotive e la stanchezza

accumulate nel corpo ripristinando la chiarezza mentale e la tua naturale luminosità interiore.

LEZIONE 5 (19/10)

Il suono come portale - Sciamanesimo: ritmo, tamburo e psiche

Stati non ordinari indotti dal ritmo, mappe di Jung e scoperte di Groff.

L'immersione negli stati di trance ritmica, la prespirazione ologica e la psicologia transpersonale di Grof. Gong e sound healing come tecnologia di stato: entrainment, onde theta, dissoluzione del confine corpo-mente. Pratica: Sound bath.

LEZIONE 6 (02/11)

Dall'Illuminazione alla trasformazione del quotidiano, dallo stato al tratto permanente: portare l'extraordinario a facilitare e reincantare il tuo mondo.

Come uno stato esperito in lezione diventa padronanza stabile.

Neuroplasticità ed epigenetica: trasformare gli "stati temporanei" in "tratti permanenti della personalità".

LEZIONE 7 (26 e 27 ottobre)

WORKSHOP SOLO IN PRESENZA: Le Piante Maestre, il Rapé e l'esperienza del Sacro Secondo Natura

Intelligenza vegetale, dissoluzione dell'Ego ed esperienza straordinaria con le Piante Maestre. Come zittire il giudice interno, azzerare l'iper-pensiero, sviluppare un nuovo senso del Sè basato sull'interconnessione e sulla comunicazione con Madre Natura.

LEZIONE 8 (09 e 10 novembre)

LABORATORIO FINALE, solo in presenza – L'Esperienza Unificata e la Co-Creazione della Tua Realtà.

Sintesi di tutte le pratiche attraversate e potenziamento in un cerchio di intenzione. Come unire tutte le frequenze all'interno di un potente campo di gruppo, per manifestare con chiarezza la tua nuova direzione di vita. Ogni partecipante costruisce il proprio protocollo e la propria pratica personale.

“E' tempo di uscire dalla boccia del pesce rosso e risvegliare la mente straordinaria che c'è in te”.

Meditazione, mindfulness, sound healing

Per il riequilibrio del corpo, della mente e del cuore.

www.graziapallagrosi.com

