

Il costo del seminario è di **180,00** euro effettuando il pagamento entro il **4 maggio 2010**, e di 215.00 euro oltre tale data. Condivideremo un pasto vegetariano al prezzo di 10,00 euro al giorno. Il costo del seminario include il materiale scritto e un particolare succo fresco curativo per i due giorni. Orari: sabato dalle 9 alle 17, domenica dalle 9 alle 16.

L'iscrizione può essere versata presso Funakoshi Club oppure chiedete via email le coordinate bancarie a :

funakoshi@fastwebnet.it.



Mukta Kaur Khalsa, è la direttrice di SuperHealth ed è stata personalmente addestrata da Yogi Bhajan. Ha lavorato per diciotto anni come direttrice nell'ospedale di Tucson in Arizona, specializzato in programmi di disintossicazione da droghe e ha ricevuto un encomio da parte della Commissione Unificata per il riconoscimento delle Organizzazioni Sanitarie.

In collaborazione con il governo del Punjab in India, Mukta dirige un programma pilota per tossicodipendenti e i risultati della ricerca sono pubblicati su: "The Journal on Ethnicity of Substance Abuse". Mukta è autrice di "Meditations for Addictive Behavior" ed è rappresentante presso le Nazioni Unite per il controllo della droga e il crimine di Vienna.

Funakoshi Club

P.le Nizza, 5 - Milano

sito web: www.funakoshi.it
e-mail: funakoshi@fastwebnet.it
tel: 02 6887171
cell: 349 2403166
Sat Sangat kaur



FUNAKOSHI CLUB & SUPER HEALTH SPEZZA LE DIPENDENZE

Seminario aperto a tutti, per
insegnanti di yoga e professionisti
nell'ambito curativo

Milano 22 e 23 maggio 2010

VIVERE SANI E FELICI

con la Dr.ssa **Mukta Kaur Khalsa**
dagli Stati Uniti



"Possiamo lavorare insieme con uno sforzo cosciente, attraverso determinazione e forza per l'elevazione dello spirito umano."

Mukta Kaur

SuperHealth è un sistema che combatte cattive abitudini, tendenze e dipendenze comportamentali, compresi danni da stress, depressioni e squilibri emotivi. Ciò include alcool, droghe, fumo, disturbi alimentari, interdipendenza, lavoro, computer come anche attaccamento, rifiuto, atteggiamento di preoccupazione costante.

Il programma è stato sviluppato da Yogi Bhajan per un ospedale specializzato negli Stati Uniti, ed è stato utilizzato con successo per 18 anni.

L'approccio combina l'antica saggezza della scienza yogica del Kundalini Yoga e della meditazione con la conoscenza nutrizionale: specifici centrifugati, estratti da particolari alimenti in specifiche formule terapeutiche per la disintossicazione e il processo di riabilitazione.

E' nostra convinzione che il potenziale umano di ogni persona sia infinito: corpo, mente e spirito sono interconnessi.

La struttura del seminario è didattica ed esperienziale, comprende classi specifiche di yoga, esercizi di respirazione, meditazione e formule nutrizionali per una specifica dieta disintossicante di riabilitazione. Questi alimenti facilmente digeribili e assimilabili consentendo l'eliminazione rapida delle tossine dal corpo. Specifiche miscele di succhi terapeutici saranno serviti ogni giorno a sperimentare direttamente le loro proprietà curative e potenti effetti purificanti.

Questo seminario prevede una profonda trasformazione personale per sperimentare in modo autentico l'effetto del metodo, la gentilezza e la compassione necessarie per toccare e ispirare lo spirito umano.

Questo workshop si svolge in lingua inglese e sarà simultaneamente tradotto in Italiano e ci sarà tempo sufficiente per le vostre domande.

Il seminario è aperto a tutti - insegnanti di yoga e studenti, operatori sanitari (psicologi, assistenti sociali, infermieri, medici e consulenti) e chiunque sia impegnato nel proprio processo di guarigione personale o in cerca di un cambiamento nello proprio stile di vita.



Obiettivi del seminario:

- Creare un rapporto con la propria coscienza superiore. Accrescere la comprensione e l'applicazione pratica della metodologia per migliorare l'autostima e sviluppare un'impavida forza di volontà.
- Ampliare la consapevolezza degli effetti delle sostanze e dello stress sull'indebolimento del sistema nervoso/ghiandola e sviluppare la consapevolezza sull'importanza della nutrizione per decontaminare le tossine dal sangue e accelerare il processo di pulizia e il ripristino di salute e guarigione.
- Capire come l'identificazione spirituale si lega alle abitudini e alle dipendenze, spostando l'attenzione dalla guarigione alla scoperta di se stessi. Spezzare le abitudini è il primo passo apportando dei cambiamenti profondi e significativi nella propria vita.

Programma del corso:

- Introduzione: storia della filosofia yogica e di SuperHealth per quanto riguarda la pressione e lo stress nei tempi moderni e completa analisi dello stile di vita che ci porta all'eccellenza personale.
- Aerobica Yoga e DVD di Yogi Bhajan: "Il Rilascio della rabbia e della paura".
- Fisiologia e Psicologia.
- Personalità Dipendenti e Valorizzazione della Speranza.
- Scienza delle tossicodipendenze, l'effetto su cervello, sistema nervoso e ghiandola: marijuana, cocaina, crack, alcol e tabacco.
- Prospettive terapeutiche formulate da Yogi Bhajan per affrontare la degradazione fisica e mentale in seguito ad un trauma.
- Discussione sull'applicazione di queste tecniche terapeutiche nella pratica professionale, clinica e nella vita privata attraverso l'autoaiuto come strumento didattico.

